



**PENGARUH SARAPAN DAN  
LATAR BELAKANG SOSIO-EKONOMI ORANGTUA  
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR  
SISWA KELAS IV SD DABIN 1  
KECAMATAN BUMIAYU KABUPATEN BREBES**

**Skripsi**

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar

oleh

Endah Rahmawati

1401412177

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

**JURUSAN PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

**2016**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian maupun keseluruhannya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.



Tegal, 17 Juni 2016



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke panitia sidang skripsi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD), Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.

Tegal, 1 Juni 2016

Pembimbing I



Dra. Sri Sami Asih, M.Kes.  
19631224 198703 2 001

Pembimbing II



Drs. Teguh Supriyanto, M.Pd.  
19611018 198803 1 002



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## PENGESAHAN

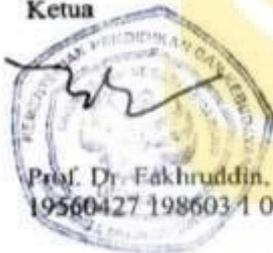
Skripsi dengan judul *Pengaruh Sarapan dan Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brestbes*, oleh Endah Rahmawati 1401412177, telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi FIP UNNES pada tanggal

.....

### PANITIA UJIAN

Sekretaris

Ketua



Prof. Dr. Fakhruddin, M.Pd.  
19560427 198603 1 001

Drs. Utoyo, M.Pd.  
19620619 198703 1 001

Penguji Utama

Drs. Yuli Witanto, M. Pd.  
19640717 198803 1 002

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Penguji Anggota I

Drs. Teguh Supriyanto, M.Pd.  
19611018 198803 1 002

Penguji Anggota II

Dra. Sri Sami Asih, M.Kes.Pd.  
19631224 198703 2 001

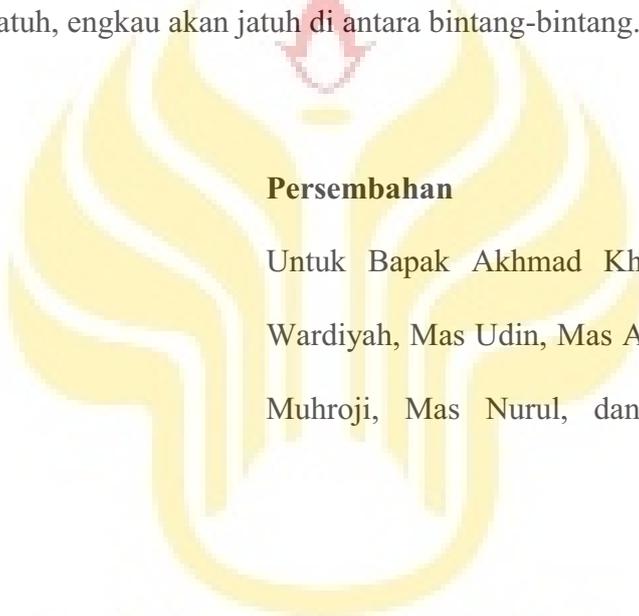
## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### Motto

- (1) Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap. (QS. AL-Insyirah, 6-8)
- (2) Gantungkan cita-cita mu setinggi langit! Bermimpilah setinggi langit. Jika engkau jatuh, engkau akan jatuh di antara bintang-bintang. (Ir. Soekarno)

### Persembahan

Untuk Bapak Akhmad Khaerudin (Alm), Ibu Wardiyah, Mas Udin, Mas Aziz, Mas Amin, Mas Muhroji, Mas Nurul, dan Emmik Kanigara.



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## PRAKATA

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Sarapan dan Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar.

Ada banyak pihak yang telah membantu dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini, oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
2. Prof. Dr. Fakhruddin, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan UNNES yang telah memberikan izin dalam penelitian ini.
3. Drs. Isa Ansori, M.Pd., Ketua Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan UNNES yang telah memberikan kesempatan untuk memaparkan gagasan dalam bentuk skripsi ini.
4. Drs. Utoyo, M.Pd., Koordinator PGSD UPP Tegal Fakultas Ilmu Pendidikan UNNES yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian.
5. Dra. Sri Sami Asih, M.Kes., Pembimbing I skripsi yang telah membimbing, mengarahkan, memberikan saran dan memotivasi penulis, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

6. Drs. Teguh Supriyanto, M.Pd., Pembimbing II skripsi yang telah membimbing, mengarahkan, memberikan saran dan memotivasi penulis, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Para dosen UPP Tegal Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan UNNES yang telah memberikan ilmu pengetahuan.
8. Para staf TU UPP Tegal Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah membantu dalam hal administrasi.
9. Kepala Sekolah dan semua staf pengajar di SDN Penggarutan 01, SDN Penggarutan 02, SDN Dukuhturi 01, SDN Dukuhturi 02, SDN Dukuhturi 03, SDN Dukuhturi 04, SDN Dukuhturi 07, SD IT Al Ambary, serta SDI Taallumul Huda, yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian.
10. Siswa kelas IV SDN Penggarutan 01, SDN Penggarutan 02, SDN Dukuhturi 01, SDN Dukuhturi 02, SDN Dukuhturi 03, SDN Dukuhturi 04, SDN Dukuhturi 07, SD IT Al Ambary, serta SDI Taallumul Huda, yang telah menjadi subjek penelitian.
11. Teman-teman Rombel C dan keluarga kedua kos “whonnfred”: Hasna, Olif, Nita, Nisa, Fifi, Rini, Winda dan Dinar yang selalu memberikan dukungan dan semangat.
12. Teman-teman angkatan 2012 yang telah berjuang bersama untuk saling memotivasi.
13. Semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Tegal, Juni 2016

Penelit.

## ABSTRAK

Rahmawati, Endah. 2016. *Pengaruh Sarapan dan Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: I. Dra. Sri Sami Asih, M.Kes., II. Drs. Teguh Supriyanto, M.Pd.

**Kata Kunci:** Motivasi Belajar; Sarapan; Sosio-Ekonomi.

Motivasi sangat diperlukan dalam proses pembelajaran, sebab seseorang yang tidak mempunyai motivasi dalam belajar, tidak akan mungkin melakukan aktivitas belajar. Lemahnya motivasi belajar dapat disebabkan oleh beberapa faktor, bisa dari siswa, dari orang lain, atau lingkungan. Faktor yang berasal dari siswa lebih sering muncul salah satunya yaitu kurangnya energi. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan nara sumber beberapa guru SD kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes diperoleh keterangan bahwa dalam keadaan perut kosong, siswa tidak mempunyai tenaga dan akan sulit untuk berpikir, selain itu latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa berbeda-beda dengan motivasi belajar yang berbeda-beda. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua terhadap motivasi belajar siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *ex post facto* dengan jenis penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes, sebanyak 231 siswa. Sampel penelitian sebanyak 140 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan dokumentasi, interview, dan kuesioner atau angket. Penghitungan pengujian hipotesis menggunakan bantuan program SPSS versi 20.

Teknik pengujian hipotesis menggunakan uji prasyarat analisis (asumsi dasar dan uji asumsi klasik regresi). Uji asumsi dasar meliputi: uji normalitas dengan *1-Sample K-S* dan linearitas. Uji asumsi klasik regresi, meliputi: uji multikolinearitas, heteroskedastisitas, dan autokorelasi. Pengujian hipotesis dengan taraf signifikansi 5% diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua terhadap motivasi belajar yang ditunjukkan nilai R sebesar 0,794. Disimpulkan terjadi hubungan yang kuat dan signifikan antara sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua terhadap motivasi belajar serta diperoleh angka  $R^2$  sebesar 0,630. Artinya sumbangan pengaruh variabel sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua terhadap motivasi belajar sebesar 63%, sedangkan sisanya sebesar 37% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian. Saran yang diberikan ialah guru hendaknya memerhatikan motivasi belajar siswa dan menginformasikan bahwa sarapan penting serta memerhatikan latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa. Selain itu, orangtua perlu memerhatikan motivasi belajar anak-anaknya.

# DAFTAR ISI

Halaman

Judul .....	i
Pernyataan Keaslian Tulisan.....	ii
Persetujuan Pembimbing.....	iii
Pengesahan.....	iv
Motto dan Persembahan.....	v
Prakata.....	vi
Abstrak .....	viii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Tabel .....	xiii
Daftar Gambar .....	xv
Daftar Bagan .....	xvi
Daftar Lampiran .....	xvii
Bab	
1      PENDAHULUAN .....	1
1.1    Latar Belakang Masalah .....	1
1.2    Identifikasi Masalah .....	9
1.3    Pembatasan Masalah dan Paradigma Penelitian .....	10
1.4    Rumusan Masalah .....	12
1.5    Tujuan Penelitian .....	12
1.5.1    Tujuan Umum .....	13
1.5.2    Tujuan Khusus .....	13
1.6    Manfaat Penelitian .....	14
1.6.1    Manfaat Teoritis .....	14
1.6.2    Manfaat Praktis .....	14
1.6.2.1    Bagi Siswa .....	14
1.6.2.2    Bagi Guru.....	14
1.6.2.3    Bagi Sekolah .....	15
1.6.2.4    Bagi Peneliti.....	15

1.6.2.5	Bagi Orangtua .....	15
2	KAJIAN PUSTAKA .....	16
2.1	Landasan Teori .....	16
2.1.1	Pengertian Motivasi, Asal Mula dan Perkembangan Motivasi .....	16
2.1.2	Pengertian Belajar .....	19
2.1.3	Motivasi Belajar .....	20
2.1.4	Fungsi Motivasi dalam Belajar .....	21
2.1.5	Sarapan dan Pentingnya Nutrisi .....	22
2.1.6	Status Kesehatan Anak Sekolah Dasar .....	24
2.1.7	Alasan Anak Sekolah Dasar Dibiasakan untuk Sarapan.....	25
2.1.8	Makanan yang Sebaiknya Dimakan Untuk Sarapan.....	28
2.1.9	Kemampuan Sosio-Ekonomi .....	29
2.1.10	Kesehatan dan Prestasi Belajar .....	31
2.1.11	Gizi dan Pendidikan.....	33
2.1.12	Status Sosio-Ekonomi dan Motivasi Belajar .....	34
2.1.13	Nutrisi, Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua dan Motivasi Belajar.....	35
2.2	Kajian Empiris .....	37
2.3	Kerangka Berpikir.....	41
2.4	Hipotesis .....	43
3.	METODE PENELITIAN .....	45
3.1	Desain Penelitian .....	45
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian .....	46
3.3	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel .....	46
3.3.1	Variabel Penelitian.....	46
3.3.1.1	Variabel Bebas .....	47
3.3.1.2	Variabel Terikat .....	47
3.3.2	Definisi Operasional Variabel.....	47
3.3.2.1	Sarapan ( $X_1$ ).....	47
3.3.2.2	Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua ( $X_2$ ) .....	48
3.3.2.3	Motivasi Belajar (Y) .....	48
3.4	Populasi dan Sampel.....	48

3.4.1	Populasi.....	49
3.4.2	Sampel.....	50
3.5	Jenis Data dan Sumber Data .....	51
3.5.1	Jenis Data .....	52
3.5.2	Sumber Data.....	52
3.6	Teknik Pengumpulan Data.....	53
3.6.1	Dokumentasi .....	53
3.6.2	Interview .....	54
3.6.3	Kuesioner .....	55
3.7	Instrumen Penelitian .....	57
3.7.1	Pedoman Wawancara Tidak Terstruktur .....	57
3.7.2	Angket.....	57
3.7.2.1	Angket tentang Sarapan .....	57
3.7.2.2	Angket tentang Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua.....	58
3.7.2.3	Angket tentang Motivasi Belajar .....	58
3.7.2.4	Uji Validitas Angket .....	60
3.7.2.5	Uji Reliabilitas .....	64
3.8	Teknik Analisis Data.....	65
3.8.1	Uji Prasyarat Analisis .....	65
3.8.1.1	Uji Normalitas.....	66
3.8.1.2	Uji Linearitas .....	67
3.8.1.3	Uji Multikolinearitas.....	67
3.8.1.4	Uji Heteroskedastisitas.....	68
3.8.1.5	Uji Autokorelasi.....	69
3.8.2	Analisis Deskriptif .....	70
3.8.3	Analisis Akhir .....	71
3.8.3.1	Uji T untuk Satu Sampel.....	71
3.8.3.2	Analisis Korelasi Sederhana .....	72
3.8.3.3	Analisis Regresi Sederhana.....	73
3.8.3.4	Analisis Korelasi Ganda (R) .....	74
3.8.3.5	Analisis Regresi Berganda.....	76

3.8.3.6	Analisis Koefisien Regresi Secara Bersama-sama (Uji F) .....	77
4.	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	80
4.1	Gambaran Umum Objek Penelitian .....	80
4.2	Analisis Deskriptif .....	81
4.2.1	Analisis Deskriptif Variabel ( $X_1$ ).....	82
4.2.2	Analisis Deskriptif Variabel ( $X_2$ ).....	87
4.2.3	Analisis Deskriptif Variabel (Y).....	92
4.3	Uji Prasyarat Analisis .....	97
4.3.1	Uji Normalitas.....	97
4.3.2	Uji Linieritas .....	98
4.3.3	Uji Multikolinieritas.....	100
4.3.5	Uji Heteroskedastisitas.....	101
4.3.6	Uji Autokorelasi.....	102
4.4	Uji Hipotesis .....	103
4.5	Pembahasan .....	132
5.	PENUTUP .....	140
5.1	Simpulan .....	140
5.2	Saran .....	142
5.2.1	Bagi Guru.....	142
5.2.2	Bagi Orangtua.....	143
5.2.3	Bagi Siswa .....	143
5.2.4	Bagi Peneliti.....	143
	DAFTAR PUSTAKA.....	144
	LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	149

## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
3.1	Populasi Penelitian.....	49
3.2	Sampel Penelitian.....	51
3.3	Angket Skala <i>Likert</i> .....	56
3.4	Populasi Siswa Uji Coba.....	59
3.5	Penarikan Sampel Siswa Uji Coba .....	60
3.6	Hasil Uji Validitas.....	63
3.7	Item yang Digunakan untuk Penelitian.....	63
3.8	Pedoman Konversi .....	70
3.9	Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi.....	75
4.1	Deskripsi Data Skor Sarapan .....	83
4.2	Pedoman Konversi .....	84
4.3	Kriteria dan Kualifikasi Data Sarapan .....	84
4.4	Kategori Skor Sarapan .....	85
4.5	Kriteria Skor Sarapan Per Siswa.....	85
4.6	Deskripsi Data Skor Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua.....	87
4.7	Pedoman Konversi .....	88
4.8	Kriteria dan Kualifikasi Data Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua.....	89
4.9	Kategori Skor Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua Per Siswa.....	89
4.10	Kriteria Skor Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua Per Siswa .....	90
4.11	Deskripsi Data Skor Motivasi Belajar .....	92
4.12	Pedoman Konversi .....	93
4.13	Kriteria dan Kualifikasi Data Motivasi Belajar .....	94
4.14	Kategori Skor Motivasi Belajar Siswa.....	94
4.15	Kriteria Skor Motivasi Belajar Per Siswa.....	95
4.16	Hasil Uji Normalitas .....	98
4.17	Hasil Uji Linieritas Sarapan dengan Motivasi Belajar .....	99

4.18	Hasil Uji Linieritas Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua dengan Motivasi Belajar .....	99
4.19	Hasil Uji Multikolinieritas.....	100
4.20	Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	101
4.21	Hasil Uji Autokorelasi .....	102
4.22	Uji T Satu Sampel Sarapan .....	105
4.23	Uji T Satu Sampel Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua.....	106
4.24	Uji T Satu Sampel Motivasi Belajar .....	108
4.25	Hasil Perhitungan Analisis Korelasi Sederhana Variabel Sarapan dengan Motivasi Belajar .....	110
4.26	Hasil Perhitungan Analisis Regresi Sederhana Variabel Sarapan dengan Motivasi Belajar .....	112
4.27	Hasil Uji Koefisien Determinan .....	115
4.28	Hasil Perhitungan Analisis Korelasi Sederhana Variabel Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua dengan Motivasi Belajar ...	116
4.29	Hasil Perhitungan Analisis Regresi Sederhana Variabel Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua dengan Motivasi Belajar ....	118
4.30	Hasil Uji Koefisien Determinan .....	121
4.31	Hasil Perhitungan Analisis Korelasi Sederhana Variabel Sarapan dengan Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua.....	123
4.32	Hasil Perhitungan Analisis Korelasi Berganda .....	125
4.33	Hasil Perhitungan Analisis Regresi Berganda .....	127
4.34	Hasil Uji Koefisien Determinan .....	130
4.37	Hasil Uji Koefisien Regresi Secara Bersama-sama .....	131

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1	Gambar Hierarki Kebutuhan Maslow ..... 17



## DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
1.1 Bagan Paradigma Penelitian .....	11
2.1 Bagan Kerangka Berpikir .....	42



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Daftar Nama Siswa Populasi Penelitian .....	149
2. Daftar Nama Siswa Sampel Penelitian .....	158
3. Daftar Nama Siswa Sampel Uji Coba Angket.....	162
4. Bukti Wawancara Tidak Terstruktur (Narasumber Guru).....	163
5. Bukti Wawancara Tidak Terstruktur (Narasumber Siswa).....	166
6. Lembar Validitas Logis Angket Sarapan ( $X_1$ ) oleh Ahli 1 .....	168
7. Lembar Validitas Logis Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua ( $X_2$ ) oleh Ahli 1 .....	173
8. Lembar Validitas Logis Angket Motivasi Belajar (Y) oleh Ahli 1 .....	177
9. Lembar Validitas Logis Angket Sarapan ( $X_1$ ) oleh Ahli 2 .....	184
10. Lembar Validitas Logis Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua ( $X_2$ ) oleh Ahli 2.....	190
11. Lembar Validitas Logis Angket Motivasi Belajar (Y) oleh Ahli 2 .....	193
12. Kisi-kisi Angket Sarapan ( $X_1$ ) (Uji Coba).....	200
13. Angket Sarapan ( $X_1$ ) (Uji Coba) .....	201
14. Kisi-kisi Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua ( $X_2$ )(Uji Coba).....	204
15. Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua ( $X_2$ )(Uji Coba) .....	205
16. Kisi-kisi Angket Motivasi Belajar (Y) (Uji Coba) .....	209
17. Angket Motivasi Belajar (Y) (Uji Coba) .....	210
18. Kisi-kisi Angket Sarapan ( $X_1$ ) .....	218
19. Angket Sarapan ( $X_1$ ) .....	219
20. Kisi-kisi Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua ( $X_2$ ).....	222
21. Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua ( $X_2$ ).....	223
22. Kisi-kisi Angket Motivasi Belajar (Y) .....	226
23. Angket Motivasi Belajar (Y) .....	227

24	Tabel Pembantu Analisis Hasil Uji Coba Angket Sarapan.....	231
25	Tabel Pembantu Analisis Hasil Uji Coba Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua .....	233
26	Tabel Pembantu Analisis Hasil Uji Coba Motivasi Belajar.....	235
27	<i>Output</i> Uji Validitas Angket Sarapan (Uji Coba) .....	242
28	<i>Output</i> Hasil Reliabilitas Angket Sarapan (Uji Coba).....	243
29	Rekapitulasi Soal Angket Sarapan.....	244
30	<i>Output</i> Uji Validitas Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua (Uji Coba) .....	245
31	<i>Output</i> Hasil Reliabilitas Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua (Uji Coba).....	246
32	Rekapitulasi Soal Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua (Uji Coba) .....	247
33	<i>Output</i> Uji Validitas Angket Motivasi Belajar (Uji Coba) .....	248
34	<i>Output</i> Hasil Reliabilitas Angket Motivasi Belajar (Uji Coba).....	250
35	Rekapitulasi Soal Angket Motivasi Belajar (Uji Coba).....	251
36	Tabel Pembantu Analisis Hasil Penelitian Angket Sarapan .....	252
37	Tabel Pembantu Analisis Hasil Penelitian Angket Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua .....	259
38	Tabel Pembantu Analisis Hasil Penelitian Angket Motivasi Belajar ...	266
39	Deskriptor Penskoran Angket .....	273
40	Surat-Surat .....	275
41	Dokumentasi Foto Penelitian.....	278

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

Pendahuluan merupakan bab pertama skripsi yang mengantarkan pembaca untuk mengetahui apa yang diteliti, mengapa dan untuk apa penelitian dilakukan. Pada bab ini, akan dibahas : (1) latar belakang masalah; (2) identifikasi masalah; (3) pembatasan masalah dan paradigma penelitian; (4) rumusan masalah; (5) tujuan penelitian; dan (6) manfaat penelitian. Uraianya sebagai berikut.

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan memiliki peranan yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Terkait dengan pentingnya pendidikan, pendidikan merupakan salah satu bidang yang berperan dalam meningkatkan pembangunan bangsa. Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab I Pasal 1 Ayat 1 menyatakan:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Menurut Munib dkk (2011: 34), “pendidikan adalah proses bantuan dan pertolongan yang diberikan oleh pendidik kepada peserta didik atas pertumbuhan jasmani dan perkembangan rohaninya secara optimal”. Dijelaskan oleh Dewantara dalam Munib dkk (2010: 30), “pendidikan umumnya berarti daya upaya untuk

memajukan tumbuhnya budi pekerti (kekuatan batin, karakter), pikiran (intelekt), dan tubuh anak”. Oleh karena itu, pendidikan memiliki fungsi penting yang dijadikan sebagai kebutuhan utama manusia. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab II Pasal 3 menyatakan:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

“Fungsi pendidikan adalah menghilangkan segala sumber penderitaan rakyat dari kebodohan dan ketertinggalan” (Sagala 2013: 11). Dapat diartikan bahwa orang yang berpendidikan akan terhindar dari kebodohan dan kemiskinan, karena dengan modal ilmu pengetahuan dan keterampilan yang diperolehnya melalui proses pendidikan, ia mampu mengatasi berbagai problema kehidupan yang dihadapinya. Kemampuan dan keterampilan yang dimiliki seseorang tentu sesuai tingkat pendidikan yang diikutinya, semakin tinggi pendidikan seseorang, dapat dikatakan semakin tinggi pula pengetahuan, keterampilan, dan kemampuannya. Hal ini menggambarkan bahwa fungsi pendidikan dapat meningkatkan kesejahteraan, karena orang yang berpendidikan dapat terhindar dari kebodohan dan kemiskinan. Pendidikan pada akhirnya harus diajukan pada upaya mewujudkan sebuah masyarakat yang ditandai keluhuran budi dalam diri individu, keadilan dalam negara, dan sebuah kehidupan yang lebih bahagia dan saleh dari setiap individunya.

Komponen yang tidak bisa dilupakan dan yang menentukan di dalam keberhasilan proses pendidikan adalah pendidik dan peserta didik. Peserta didik disini yaitu siswa sebagai individu yang akan dipenuhi kebutuhan pengetahuan, sikap, dan tingkah lakunya. Sedangkan pendidik disini yaitu guru, individu yang akan memenuhi kebutuhan tadi. Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab 1 Pasal 1 Ayat 4, menjelaskan, “peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu”. Tidak mungkin suatu proses pendidikan berlangsung tanpa kehadiran siswa. Ketika memasuki suatu proses pembelajaran di sekolah, siswa mempunyai latar belakang tertentu, yang menentukan keberhasilannya dalam mengikuti proses belajar.

Menurut Slameto (2013: 2), “belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru, secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya”. Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab III Pasal 4 Ayat 4 menyatakan “pendidikan diselenggarakan dengan memberi keteladanan, membangun kemauan, dan mengembangkan kreativitas peserta didik dalam proses pembelajaran”. Dengan demikian, untuk membangun kemauan dan mengembangkan kreativitas siswa, selain usaha yang dilakukan guru, motivasi dalam diri siswa yang tinggi juga sangat penting.

Motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi. Belajar adalah perubahan tingkah laku secara relatif permanen dan secara potensial terjadi sebagai hasil dari praktik atau penguatan yang dilandasi tujuan untuk mencapai tujuan tertentu. Motivasi belajar dapat timbul karena faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik berupa hasrat keinginan berhasil, dorongan kebutuhan belajar, dan harapan akan cita-cita. Faktor ekstrinsiknya adalah adanya penghargaan lingkungan belajar yang kondusif, dan kegiatan belajar yang menarik. Kedua faktor tersebut disebabkan oleh rangsangan tertentu, sehingga seseorang berkeinginan untuk melakukan aktivitas belajar yang lebih giat dan semangat.

Motivasi sangat diperlukan dalam proses pembelajaran, sebab seseorang yang tidak mempunyai motivasi dalam belajar, tidak akan mungkin melakukan aktivitas belajar. Hal ini mempunyai peranan besar dalam keberhasilan seseorang dalam belajar. Uno (2014: 23) telah menyebutkan ada beberapa indikator motivasi belajar antara lain: (1) Adanya hasrat dan keinginan berhasil; (2) Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar; (3) Adanya harapan dan cita-cita masa depan; (4) Adanya penghargaan dalam belajar; (5) Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar; serta (6) Adanya lingkungan belajar yang kondusif sehingga memungkinkan seorang siswa dapat belajar dengan baik.

Betapa pentingnya motivasi dalam belajar, karena motivasi memengaruhi perbuatan belajar. Selain itu, motivasi merupakan pengarah untuk perbuatan belajar kepada tujuan yang jelas yang dapat diharapkan tercapai. Kegiatan belajar,

di dalamnya siswa memerlukan motivasi. Tanpa ada motivasi, proses belajar akan kurang berhasil. Meskipun siswa mempunyai kecakapan belajar yang tinggi, ia akan kurang berhasil dalam belajarnya, jika motivasinya lemah.

Lemahnya motivasi belajar dapat disebabkan oleh beberapa faktor, bisa dari siswa, dari orang lain, atau lingkungan. Faktor yang berasal dari siswa lebih sering muncul salah satunya yaitu kurangnya energi. Energi akan dirubah menjadi tenaga yang akan digunakan untuk berpikir dan untuk aktivitas lainnya di sekolah, tidak adanya energi sama artinya siswa tidak mempunyai tenaga untuk berpikir yang dapat mengakibatkan siswa merasa malas dalam belajar sehingga dapat mengurangi motivasi untuk belajar. Tidak adanya energi dikarenakan siswa malas untuk mengisi energi dengan makanan. Energi untuk belajar sangat penting dan dibutuhkan. Bentuk pemenuhan energi yaitu dengan melakukan kegiatan rutin sarapan. Menurut Lebang (2014: 2–6), “sarapan atau makan pagi adalah menu makanan pertama yang dikonsumsi seseorang”. Sarapan akan mengisi cadangan energi selama kegiatan belajar yang berlangsung sekitar 8 - 10 jam dan akan diisi kembali pada saat makan siang, karena energi yang dimiliki pada hari sebelumnya sudah habis terbakar saat kegiatan tidur di malam hari.

Menurut Wardoyo dan Mahmudiono (2013) dari Universitas Airlangga Surabaya dalam penelitiannya yang berjudul “*Hubungan Makan Pagi dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi dengan Daya Konsentrasi Siswa Sekolah Dasar*”, bahwa makan pagi memberikan arti yang sangat penting yaitu menyediakan energi. Anak sekolah yang tidak pernah makan pagi akan mengalami kondisi menurunnya kadar gula darah sehingga pasokan energi kurang untuk kerja otak.

Gambaran yang dikemukakan Wardoyo dan Mahmudiono (2013) dengan mudah ditemukan di SD-SD pedesaan. Kurangnya menerapkan kebiasaan sarapan menimbulkan hilangnya semangat untuk mengikuti kegiatan belajar. Tidak sedikit anak sekolah yang pergi ke sekolah dalam keadaan perut lapar dan kondisi fisik yang lemah, karena mereka tidak sarapan. Kebiasaan tidak sarapan tidak hanya dikarenakan faktor siswa malas melakukannya, tetapi juga karena faktor orangtua.

Faktor orangtua, dikarenakan orangtua sibuk bekerja dalam mencari nafkah, kurang peduli, dan kurang pemahaman akan sarapan bagi anaknya. Sarapan penting, sementara orangtuanya tidak peduli terhadap kondisi fisik putra putri mereka, siswa yang tidak sarapan sebelum berangkat ke sekolah mengakibatkan kurang kesiapan untuk belajar di sekolah. Artinya, bahwa peran serta orangtua dan dukungan untuk membantu mewujudkan motivasi belajar anaknya sangat dibutuhkan, tetapi ada perbedaan tingkat kepedulian orangtua dalam mewujudkan motivasi belajar anaknya, salah satunya dalam hal menyiapkan atau menyediakan sarapan. Selain itu, faktor ekonomi juga dapat memengaruhi orangtua dalam menyiapkan sarapan.

Kemampuan sosio-ekonomi juga memengaruhi motivasi belajar siswa. Indikator latar belakang sosio-ekonomi adalah pendidikan orang tua, pekerjaan orangtua, penghasilan orangtua, dan tempat tinggal yang berkaitan satu sama lain. Menurut Supriadi (2005: 82), “latar belakang sosio-ekonomi keluarga siswa perlu dipertimbangkan dalam proses belajar dan mengajar, karena hal ini akan memengaruhi keberhasilan belajarnya di sekolah”. Banyak bukti menunjukkan bahwa kemiskinan secara ekonomi mempunyai akibat yang luas terhadap kemiskinan perkembangan fisik, intelektual, sosial, dan emosional.

Secara fisik, anak miskin sering sakit-sakitan, kurang bersemangat, mengantuk, dan lusuh yang mengakibatkan rendahnya motivasi untuk belajar. Di samping secara mental tidak siap, akibat lemahnya rangsangan intelektual yang berkaitan dengan rendahnya rata-rata status sosial ekonomi keluarga siswa, sebagian besar anak SD datang ke sekolah dalam keadaan perut lapar tanpa sarapan. Begitu datang ke sekolah, mereka dibebani tuntutan kurikulum yang berat, anak tidak siap untuk belajar, dan muncul perilaku siswa yaitu malas belajar.

Hal ini juga diungkapkan dalam penelitian Minatun (2011) dari Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta yang berjudul "*Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IV MI Negeri 02 Cempaka Putih Ciputat Timur Tahun Ajaran 2010/2011*", bahwa kebiasaan makan pagi termasuk ke dalam salah satu dari 13 pesan dasar gizi seimbang. Bagi anak sekolah, makan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran, sehingga meningkatkan prestasi belajar.

Berdasarkan artikel dari Phillips yang dibuat dalam jurnal internasional dengan judul "*Does Eating Breakfast Affect the Performance of college Students on Biology Exams*" menunjukkan hasil siswa yang sarapan memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi pada ujian biologi umum dibandingkan siswa yang tidak sarapan. Sarapan sangat penting dilakukan sebelum melakukan aktivitas yang lain pada hari itu. Dengan sarapan, tubuh akan memperoleh bekal zat tenaga untuk menghadapi kerja, belajar, bermain, dan aktivitas lain.

Sesuai dengan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan nara sumber beberapa guru SD kelas IV SD Daerah Binaan (Dabin) 1 Kecamatan

Bumiayu Kabupaten Brebes pada senin 26 Oktober 2015, diperoleh beberapa informasi mengenai kondisi dan keadaan siswa, bahwa ada perbedaan antara siswa yang sarapan terlebih dahulu dan yang tidak. Siswa yang tidak atau belum sarapan, sangat terlihat berbeda, mereka malas dan kurang aktif dalam proses pembelajaran, dapat diibaratkan seperti kendaraan tanpa bahan bakar, sehingga kendaraan tidak akan dapat bekerja. Begitu juga siswa, siswa dalam keadaan perut kosong, siswa tidak mempunyai tenaga dan akan sulit untuk berpikir. Selain itu, hasil dari wawancara diperoleh informasi bahwa ada faktor yang mengakibatkan siswa tidak sarapan sebelum berangkat ke sekolah, yaitu faktor orangtua, dimana orangtua sibuk dengan pekerjaan, sehingga tidak ada waktu untuk menyiapkan sarapan bagi anak-anaknya. Sebagian besar orangtua dari siswa SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes, bekerja sebagai buruh lepas dan hanya sebagian kecil saja dengan status sebagai pegawai negeri. Hal ini dapat memengaruhi siswa-siswa SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes melakukan kebiasaan sarapan sebelum berangkat ke sekolah.

Berkaitan dengan hal tersebut, dapat diketahui sebagian besar siswa kurang memiliki motivasi untuk belajar, karena di awal pembelajaran siswa sudah terlihat loyo, letih, dan tidak bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran. Sebagian besar orangtua masih sibuk dengan dirinya sendiri untuk mencari nafkah. Dapat dikatakan demikian karena berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa, diperoleh keterangan bahwa saat dia berangkat ke sekolah dengan keadaan rumah kosong, artinya orangtua sudah mulai beraktivitas sebelum anaknya berangkat ke sekolah dan beberapa dari orangtua tidak sempat menyiapkan sarapan pagi untuk anaknya, sehingga banyak siswa datang ke sekolah dengan keadaan perut kosong.

Berdasarkan permasalahan motivasi belajar siswa yang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor intrinsik maupun faktor ekstrinsik dan telah dijelaskan secara teoritis, yuridis, dan empirik. peneliti tertarik untuk menindaklanjuti dalam bentuk penelitian dengan judul “Pengaruh Sarapan dan Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes“.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, peneliti mengidentifikasi beberapa masalah yang muncul, di antaranya:

- (1) Sebagian besar siswa di Sekolah Dasar Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes tidak sarapan sebelum berangkat ke sekolah.
- (2) Sebagian siswa di Sekolah Dasar Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes mengonsumsi makanan di sekolah setelah jam pelajaran usai sebagai pengganti sarapan.
- (3) Siswa di Sekolah Dasar Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes terlihat loyo, lemas, dan kurang bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran.
- (4) Latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa di Sekolah Dasar khususnya Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes sebagian besar berpenghasilan menengah ke bawah.
- (5) Latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa di Sekolah Dasar khususnya Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes sebagian besar tingkat pendidikannya rendah.

- (6) Sebagian besar orangtua siswa di Sekolah Dasar khususnya Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes tidak peduli dalam menyediakan sarapan.

### **1.3 Pembatasan Masalah dan Paradigma Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah tersebut, diperlukan pembatasan masalah dan paradigma penelitian agar penelitian lebih terfokus serta lebih efektif dan efisien.

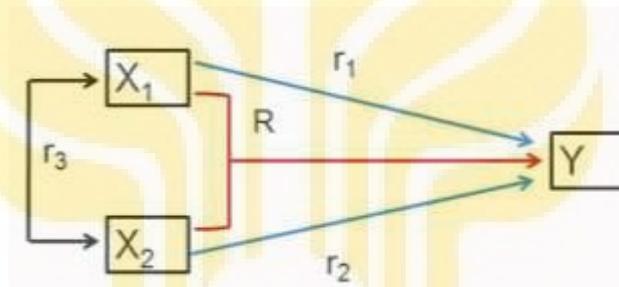
#### **1.3.1 Pembatasan Masalah**

Pada penelitian perlu pembatasan masalah untuk mengefektifkan proses penelitian, diantaranya:

- (1) Penelitian dilakukan di Sekolah Dasar Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.
- (2) Sarapan yang dimaksud dalam penelitian adalah makan pagi.
- (3) Sarapan yang dikaji yaitu kebiasaan sarapan dengan menu seimbang dan waktu kebiasaan sarapan.
- (4) Latar belakang sosio-ekonomi orangtua yang dikaji yaitu jenis profesi atau pekerjaan orangtua, pendidikan, penghasilan, dan tingkat perekonomian dari orangtua atau wali murid sekolah dasar di Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes khususnya Dabin 1.
- (5) Motivasi belajar yang dikaji yaitu ketekunan dalam belajar, keseringan untuk belajar, komitmennya dalam memenuhi tugas-tugas sekolah, dan frekuensi kehadirannya di sekolah.

### 1.3.2 Paradigma Penelitian

Penelitian ini mempunyai tiga variabel yang terdiri dari dua variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y). Sarapan ( $X_1$ ), latar belakang sosio-ekonomi orangtua ( $X_2$ ) sebagai variabel bebas atau variabel yang memengaruhi, dan motivasi belajar sebagai variabel terikat (Y) variabel yang dipengaruhi. Berdasarkan pendapat Sugiyono (2013:68), paradigma yang diterapkan yakni paradigma ganda dengan dua variabel independen. Hubungan antarvariabel tersebut dapat dilihat pada bagan 1.1 berikut.



Bagan 1.1 Paradigma Penelitian

Keterangan :

$X_1$  = Sarapan

Y = Motivasi belajar

$X_2$  = Latar belakang sosio-ekonomi orangtua

$r_1$  = Korelasi antara  $X_1$  dengan Y

$r_2$  = Korelasi antara  $X_2$  dengan Y

$r_3$  = Korelasi antara  $X_1$  dengan  $X_2$

R = Korelasi antara  $X_1$  dan  $X_2$  dengan Y

Sugiyono (2013: 252)

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah dapat diajukan rumusan masalah sebagai berikut.

- (1) Seberapa tinggi tingkat kebiasaan sarapan bagi siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes?
- (2) Seberapa tinggi tingkat latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes?
- (3) Seberapa tinggi tingkat motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes?
- (4) Adakah hubungan sarapan dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes?
- (5) Adakah hubungan latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes?
- (6) Adakah hubungan sarapan dengan latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes?
- (7) Adakah hubungan sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes?

## 1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa tujuan yang dikelompokkan menjadi tujuan umum dan tujuan khusus. Penjabaran dari setiap tujuan tersebut yaitu:

### 1.5.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua terhadap motivasi belajar siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.

### 1.5.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini yaitu:

- (1) Untuk mengetahui tingkat kebiasaan sarapan bagi siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.
- (2) Untuk mengetahui tingkat latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.
- (3) Untuk mengetahui tingkat motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.
- (4) Untuk mengetahui hubungan sarapan dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.
- (5) Untuk mengetahui hubungan latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.
- (6) Untuk mengetahui hubungan sarapan dengan latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.
- (7) Untuk mengetahui hubungan sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis.

Berikut ini penjabarannya:

### 1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teori, hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai:

- (1) Hasil penelitian akan menjadi informasi dan dapat menjadi referensi ilmiah yang dapat memperkaya ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi pendidikan.
- (2) Hasil penelitian dapat digunakan sebagai pedoman dalam penelitian lebih lanjut, khususnya yang berkaitan dengan sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini, terbagi menjadi manfaat bagi siswa, guru, sekolah, peneliti, dan orangtua

#### 1.6.2.1 Bagi Siswa

Manfaat praktis yang dapat diperoleh bagi siswa yaitu dapat memberi motivasi kepada siswa agar membiasakan sarapan, karena sarapan merupakan kebiasaan yang baik dan siswa dapat memiliki motivasi belajar yang tinggi.

#### 1.6.2.2 Bagi Guru

Manfaat praktis yang dapat diperoleh bagi guru yaitu dapat memotivasi siswanya untuk melakukan kebiasaan sarapan sebelum berangkat ke sekolah dan guru memberikan informasi kepada orangtua dan memberikan dukungan bahwa sarapan itu penting bagi anak.

### ***1.6.2.3 Bagi Sekolah***

Manfaat praktis yang dapat diperoleh sekolah dari penelitian ini yaitu sekolah sebagai lingkungan pendidikan di jalur formal dapat memberikan dukungan dan dapat memfasilitasi kebiasaan baik tentang sarapan.

### ***1.6.2.4 Bagi Peneliti***

Manfaat praktis yang dapat diperoleh peneliti dari penelitian ini yaitu peneliti akan mengupayakan mengingatkan siswa untuk membiasakan sarapan.

### ***1.6.2.5 Bagi Orangtua***

Manfaat praktis yang dapat diperoleh orangtua dari penelitian ini yaitu orangtua akan lebih peduli terhadap motivasi belajar anaknya dan mengetahui sarapan itu penting, sehingga membiasakan anaknya untuk sarapan terlebih dahulu sebelum berangkat ke sekolah.

## **BAB 2**

### **KAJIAN PUSTAKA**

Pada bagian ini akan dijelaskan tentang teori yang digunakan untuk landasan kerja penelitian, kajian empiris (hasil penelitian yang relevan), kerangka berpikir, dan hipotesis penelitian. Uraianya sebagai berikut.

#### **2.1 Landasan Teori**

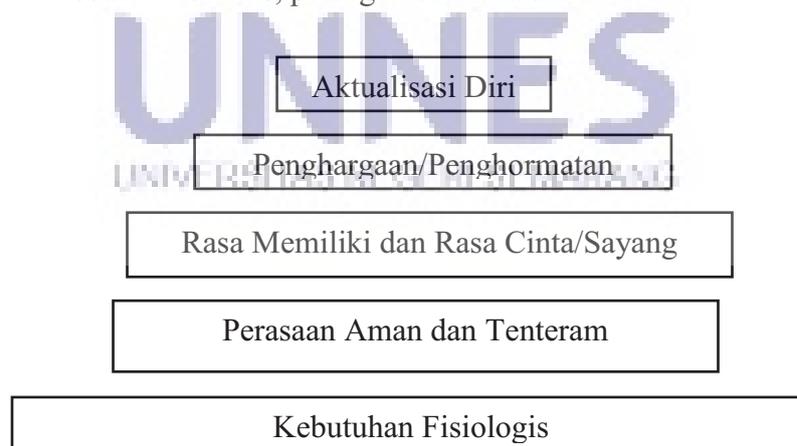
Bagian ini akan membahas teori-teori yang berkaitan dengan penelitian. Teori yang terdapat dalam landasan teori adalah motivasi belajar, sarapan, dan latar belakang sosio ekonomi orangtua.

##### **2.1.1 Pengertian Motivasi, Asal Mula, dan Perkembangan Motivasi**

Istilah motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu bergerak atau bertindak. Menurut Uno (2014: 3), “motivasi merupakan dorongan yang terdapat dalam diri seseorang untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dan memenuhi kebutuhannya”. Dalam motivasi, tercakup konsep-konsep seperti kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan untuk memiliki hubungan dan pertalian dengan sesama, kebiasaan, dan keingintahuan seseorang terhadap sesuatu. Motivasi dapat juga dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu, dan apabila ia tidak suka, maka akan berusaha untuk meniadakan atau mengelakkan perasaan tidak suka. Jadi motivasi itu dapat dirangsang oleh

faktor dari luar tetapi motivasi itu adalah tumbuh di dalam diri seseorang. Motivasi merupakan kekuatan yang dapat mendorong seseorang dalam melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan. Kekuatan-kekuatan tersebut pada dasarnya disebabkan oleh adanya berbagai macam kebutuhan seperti (1) keinginan yang hendak dipenuhinya; (2) tingkah laku; (3) tujuan; dan (4) umpan balik (Uno 2014: 5). Proses interaksi ini disebut sebagai produk motivasi dasar (*basic motivations process*). Berdasarkan definisi tersebut, dapat diketahui bahwa motivasi terjadi apabila seseorang mempunyai keinginan dan kemauan untuk melakukan suatu kegiatan atau tindakan dalam rangka mencapai tujuan.

Maslow (1943) dalam Uno (2014: 6) menyatakan “kebutuhan manusia secara hierarkis semuanya laten dalam diri manusia”. Kebutuhan tersebut mencakup kebutuhan fisiologis (sandang, pangan), kebutuhan rasa aman (bebas bahaya), kebutuhan kasih sayang, kebutuhan dihargai dan dihormati, serta kebutuhan aktualisasi diri. Teori ini dikenal sebagai teori kebutuhan yang digambarkan secara hierarkis, pada gambar 2.1 berikut.



Gambar 2.1 Hierarki Kebutuhan Maslow

Sumber: Robbins (1996) dalam Uno (2014: 6)

Teori Maslow ini dapat diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan manusia. Dalam dunia pendidikan, teori ini dilakukan dengan cara memenuhi kebutuhan siswa, agar dapat mencapai hasil belajar yang maksimal dan sebaik mungkin. Menurut Djamarah (2011: 148), “motivasi adalah suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif (perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan”. Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan pengertian motivasi adalah dorongan melakukan sesuatu untuk berbuat dan kunci keberhasilan dalam meraih tujuan.

Betapa pentingnya motivasi dalam belajar, karena keberadaannya sangat berarti bagi perbuatan belajar. Selain itu, motivasi merupakan pengarah untuk kegiatan belajar kepada tujuan jelas yang diharapkan dapat dicapai. Anak memerlukan motivasi ketika kegiatan belajar, misalnya anak yang akan ikut ujian, membutuhkan sejumlah informasi atau ilmu untuk memertahankan dirinya dalam ujian, agar memperoleh nilai yang baik. Jika pada ujian nanti anak tidak dapat menjawab, maka akan muncul motif anak untuk mencontek, karena ingin memertahankan dirinya, agar tidak dimarahi orangtuanya, karena memperoleh nilai yang buruk. Dalam kesempatan lain, seperti pada saat proses pembelajaran berlangsung, dapat terjadi pula siswa memperlihatkan motif meninggalkan kelas, ketika dia dalam keadaan lapar. Motif meninggalkan kelas muncul, karena ingin memertahankan diri dan sudah tidak memiliki motivasi belajar lagi.

Berdasarkan ilustrasi tersebut, tampak bahwa motif merupakan suatu tenaga potensial untuk terjadinya perilaku atau tindakan, sedangkan motivasi merupakan proses penerahan dan penguatan motif untuk diaktualisasikan dalam

perbuatan nyata. Dalam kaitannya dengan perilaku, keduanya tidak dapat dipisahkan, sehingga pada gilirannya konsep motivasi telah mencakup motif dan penguatannya. Tatkala orang berucap “Prestasi belajar anak itu rendah, karena motivasi belajarnya kurang”, itu berarti bahwa anak itu kurang mampu menjelmakan kekuatan yang dimilikinya secara potensial menjadi perbuatan belajar. Ucapan itu berarti bahwa lingkungannya kurang berusaha untuk menguatkan atau mengerahkan tenaga potensial itu menjadi perbuatan yang aktual. Simpulannya motivasi tumbuh dalam diri seseorang berupa dorongan untuk berbuat, dan akan berkembang menjadi suatu tindakan, baik ke arah yang lebih baik maupun ke arah yang kurang baik dan dapat dikendalikan oleh individu yang memiliki motivasi.

### **2.1.2 Pengertian Belajar**

Menurut Slameto (2013: 2), “belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya”. Menurut Whittaker (t.t) dalam Djamarah (2011: 12), “belajar sebagai proses dimana tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui latihan atau pengalaman”. Rifa’i dan Anni (2012: 66) menyimpulkan “belajar merupakan proses penting bagi perubahan perilaku setiap orang dan belajar itu mencakup segala sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan seseorang”.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tentang pengertian belajar, dapat dipahami bahwa belajar adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan melibatkan dua unsur, yaitu jiwa dan raga. Akhirnya dapat disimpulkan bahwa belajar adalah

serangkaian kegiatan jiwa raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut kognitif, afektif, dan psikomotor.

### 2.1.3 Motivasi Belajar

Motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling memengaruhi. “Belajar adalah perubahan tingkah laku secara relatif permanen dan secara potensial terjadi sebagai dari hasil praktik atau penguatan yang dilandasi tujuan untuk mencapai tujuan tertentu” (Uno 2014: 23). Menurut Sardiman (2011: 75), “motivasi belajar adalah faktor psikis yang bersifat non-intelektual”. Peranannya yang khas adalah dalam hal penumbuhan gairah, merasa senang, dan semangat untuk belajar. Siswa yang memiliki motivasi kuat, akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar.

Menurut Djamarah (2011: 148), dalam proses belajar, motivasi sangat diperlukan, sebab seseorang yang tidak mempunyai motivasi dalam belajar, tak akan mungkin melakukan aktivitas belajar. Menurut Rifa’i dan Anni (2012: 133), “motivasi merupakan salah satu faktor yang ikut menentukan keberhasilan anak di dalam belajar”. Motivasi merupakan modal yang sangat penting untuk belajar. Tanpa ada motivasi, proses pembelajaran akan kurang berhasil. Meskipun seorang siswa mempunyai kecakapan belajar yang tinggi, ia akan kurang berhasil dalam belajarnya, jika motivasinya lemah.

Supriadi (2005: 86) menjelaskan ada beberapa indikator motivasi belajar siswa yang dapat diamati, *Pertama*, ketekunan dalam belajar. Siswa yang tekun dan meluangkan waktu yang lama untuk belajar menandakan bahwa ia memiliki motivasi yang tinggi. *Kedua*, Keseringan untuk belajar siswa yang sering belajar

dan terus menerus menandakan motivasinya kuat. *Ketiga*, komitmennya dalam memenuhi tugas-tugas sekolah. Siswa yang motivasinya kuat, akan selalu mengerjakan apapun yang diberikan kepadanya, misalnya pekerjaan rumah. *Keempat*, frekuensi kehadirannya di sekolah. Siswa yang motivasinya begitu besar, akan tetap datang ke sekolah meskipun agak sakit. Di pihak lain, ada siswa yang motivasinya kurang, ia bolos dari sekolah hanya karena pensilnya hilang, bajunya kotor, atau kepalanya agak pusing.

Berdasarkan indikator-indikator motivasi yang sudah disebutkan, dapat disimpulkan bahwa motivasi sangat penting untuk dibangun dalam diri siswa masing-masing sebagai modal keberhasilan dalam belajar. Agar terbangun motivasi dalam diri siswa, perlu faktor pendukung motivasi. Faktor pendukung motivasi dapat berasal dari diri siswa atau dari luar siswa, seperti faktor lingkungan dan sosio-ekonomi orangtua. Faktor yang berasal dari dalam diri siswa dinamakan dengan faktor intrinsik. Faktor intrinsik salah satunya yaitu kesehatan fisik siswa itu sendiri, seperti siswa dapat hidup sehat yang ditandai dengan tidur yang cukup, makan secara teratur, dan lain-lain (Mikarsa dkk 2008: 5.18).

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar harus dibangun dalam diri siswa, namun dalam membangun motivasi dalam diri siswa tidaklah mudah, banyak faktor pendukung baik faktor jasmani maupun rohaninya, seperti keadaan fisik dan kesehatan siswa.

#### **2.1.4 Fungsi Motivasi dalam Belajar**

Hasil belajar akan menjadi optimal, kalau ada motivasi. Makin tepat motivasi yang diberikan, akan semakin berhasil pula pelajaran itu. Jadi, motivasi

akan senantiasa menentukan intensitas usaha belajar bagi para siswa. Dengan demikian, motivasi memengaruhi adanya kegiatan. Sehubungan dengan hal tersebut, Djamarah (2011: 156) menyatakan ada tiga fungsi motivasi: (1) Mendorong manusia untuk berbuat. Jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi; (2) Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai; dan (3) Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan. Di samping itu, ada juga fungsi-fungsi lain.

Menurut Sardiman (2011: 85), “motivasi dapat berfungsi sebagai pendorong usaha dan pencapaian prestasi”. Seseorang melakukan suatu usaha, karena ada motivasi. Adanya motivasi yang baik dalam belajar, akan menunjukkan hasil yang baik. Dengan kata lain, dengan usaha yang tekun dan terutama didasari adanya motivasi, seseorang yang belajar itu akan dapat melahirkan prestasi yang baik. Intensitas motivasi seseorang siswa akan sangat menentukan tingkat pencapaian prestasi belajarnya. Dapat disimpulkan belajar akan lebih maksimal apabila disertai dengan motivasi yang tinggi, sehingga dapat meraih prestasi.

### **2.1.5 Sarapan dan Pentingnya Nutrisi**

Menurut Lebang (2014: 2–6), “sarapan atau makan pagi adalah menu makanan pertama yang dikonsumsi seseorang”. Biasanya orang makan malam sekitar pukul 19:00 dan baru makan lagi paginya sekitar pukul 06:00. Berarti selama sekitar 10-12 jam mereka puasa. Dengan puasa itu, cadangan gula darah (glukosa) dalam tubuh seseorang hanya cukup untuk aktivitas dua sampai tiga jam

di pagi hari. Kadar glukosa normal antara 70 hingga 110 mg/dl. Tanpa sarapan, seseorang akan mengalami hipoglikemia atau kadar glukosa di bawah normal. Hipoglikemia mengakibatkan tubuh gemeteran, pusing, dan sulit berkonsentrasi. Itu semua terjadi karena kekurangan glukosa yang merupakan sumber energi bagi otak. Menurut Febry dan Marendra (2014: 36), “sarapan pagi adalah cara yang bagus untuk mengisi kebutuhan energi sepanjang hari”. Sereal dan susu adalah pilihan sarapan yang sangat baik karena keduanya mengandung mineral-mineral dan vitamin-vitamin esensial yang dapat meningkatkan kemampuan konsentrasi.

Sarapan yang baik harus banyak mengandung karbohidrat, karena akan merangsang glukosa dan mikro nutrient dalam otak yang dapat menghasilkan energi. Selain itu, dapat berlangsung memacu otak, agar membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran. Prinsip dasar sarapan adalah memutuskan puasa panjang yang dilakukan saat kita selesai makan malam dan waktu tidur. Sarapan akan memasok energi untuk metabolisme awal hari yang baru dan menjaga tingkat gula darah di level normal juga untuk mencukupi status asupan unsur penting seperti vitamin dan mineral yang bisa memenuhi kebutuhan dasar tubuh dalam menghadapi hari.

Apabila kita melawatkan sarapan, jelas akan mengganggu harmoni tubuh yang bisa merusak kesehatan dari dua sisi, jangka pendek dan jangka panjang. Kesimpulan dari pernyataan tersebut, adalah “Sarapan harus tepat waktu, apabila tidak, maka harmoni kebutuhan tubuh tentu akan dirusak” (Lebang 2014: 2).

Kesehatan dan kecerdasan diperoleh salah satunya dengan mencukupi kebutuhan gizi dan nutrisi. Pemenuhan zat-zat gizi dan nutrisi sangat diperlukan untuk menunjang proses tumbuh kembang anak, baik bagi otak maupun tubuh.

Konsumsi nutrisi dan vitamin yang tepat, sesuai dengan tumbuh kembang tubuh dan otak yang tengah berlangsung, terbukti dapat membantu perkembangan berbagai potensi yang tersimpan dalam diri anak.

Menurut Mohamad (2015: 8), “nutrisi adalah zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk tumbuh dan berkembang”. Nutrisi diperoleh melalui makanan yang dikonsumsi. Jadi, memerhatikan makanan yang dikonsumsi oleh anak, merupakan sebuah keharusan bagi orangtua. Setiap anak memiliki kebutuhan nutrisi yang berbeda, sesuai dengan karakteristik anak dalam mengonsumsi makanan. Makanan yang diberikan kepada anak harus memenuhi syarat, antara lain adalah untuk mencukupi kebutuhan energi dan semua zat gizi yang dibutuhkan oleh anak untuk tumbuh dan berkembang. Dapat disimpulkan nutrisi selalu dibutuhkan dan sangat penting. Pentingnya nutrisi dapat dipenuhi salah satunya dengan sarapan.

#### **2.1.6 Status Kesehatan Anak Sekolah Dasar**

Selain secara mental tidak siap, akibat lemahnya rangsangan intelektual sejak dini yang berkaitan dengan rendahnya rata-rata status sosio-ekonomi orangtua siswa, hampir semua siswa SD datang ke sekolah dalam keadaan perut lapar, tanpa sarapan dan tidak dibekali uang saku, makanan yang dibeli dari lingkungan sekolah kurang sehat, sehingga sering membuat anak sakit. Anak-anak usia sekolah juga banyak mengalami kekurangan gizi dan secara umum, status kesehatannya rendah. Menurut Supriadi (2005: 100), “prevalensi penyakit cacangan dan kekurangan iodium masih sangat tinggi pada anak-anak sekolah dasar di Indonesia, yang kemudian menghambat perkembangan intelektual

mereka”. Secara fisik, penampilan sebagian dari mereka tampak kuyu, sorot matanya sayu, perutnya buncit, pantatnya kempes, tubuhnya kurus, dan pakaiannya lusuh. Hal itu menandakan bahwa status kesehatan (fisik) mereka, rendah. Begitu datang ke sekolah, mereka dibebani tuntutan kurikulum yang berat, sementara sarana belajar kurang. Tingginya bolos sekolah karena sakit, mengindikasikan bahwa anak-anak kita secara fisik (dan mental) tidak siap untuk belajar. Simpulannya kesehatan anak sekolah dasar perlu diperhatikan, karena kesehatan dapat memengaruhi motivasi untuk belajar di sekolah.

### **2.1.7 Alasan Anak Sekolah Dasar Dibiasakan untuk Sarapan**

Anak sebaiknya dibiasakan untuk makan pagi atau sarapan sebelum pergi ke sekolah, karena makan pagi ini sangat penting untuk memberikan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk bekerja dan belajar. Alasan sarapan penting, Kurniali dan Abikusno (2007: 51) menjelaskan, di malam hari kita tetap bernapas, jantung tetap memompa, dan sistem tubuh lain tetap bekerja, semuanya itu tetap memerlukan energi. Di samping itu, istirahat (tidur) malam hari digunakan oleh tubuh untuk menetralkan radikal bebas atau racun dalam tubuh dan zat sisa lainnya, untuk kemudian dibuang pada pagi hari ketika buang hajat.

Jadi, sarapan merupakan stok awal energi untuk hari ini dan kebiasaan sarapan yang diterapkan oleh orangtua adalah baik dan benar. Makanan merupakan bahan bakar yang penting bagi anak untuk bisa beraktivitas dari pagi hingga siang di sekolah, layaknya bensin sebagai bahan bakar yang dibutuhkan oleh sebuah mobil untuk bisa berjalan. Graha (2007: 54) menjelaskan “seseorang yang tidak makan pagi memiliki resiko menderita gangguan kesehatan berupa

menurunnya kadar gula darah dalam tubuh”. Tanda-tandanya antara lain badan menjadi lemah dan lemas, keluar keringat dingin, mata berkunang-kunang kesadaran menurun bahkan tidak jarang menjadi pingsan. Bagi anak sekolah kondisi ini menyebabkan merosotnya konsentrasi belajar dalam menerima pelajaran di sekolah, sehingga tidak ada motivasi dalam diri anak untuk belajar yang mengakibatkan menurunnya prestasi belajar. Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti dapat menyimpulkan bahwa anak sekolah dasar perlu dibiasakan untuk sarapan. “Sarapan adalah senjata awal tubuh sebelum mulai beraktivitas. Sarapan akan memelihara daya tahan tubuh dari infeksi, sehingga dapat membangun persediaan zat gizi dalam tubuh” (Sari 2008: 102). Tanpa sarapan, tubuh kekurangan tenaga.

Sarapan, sama atau harus lebih komplet dari makan siang dan makan malam. Nadesul (2009: 220) menjelaskan “ingat *American breakfast*, yang sangat lengkap gizi (karbohidrat, protein, dan lemak), selain memadai porsi. Menu sarapan harus menu pangeran, makan siang menu raja, dan makan malam cukup menu orang susah”. Dalam sarapan, perlu memerhatikan kecukupan karbohidrat. Untuk itu, sebaiknya memilih karbohidrat majemuk seperti nasi, roti, ubi, kentang, atau sereal dan tidak memilih makan pagi yang manis-manis golongan karbohidrat tunggal (gula pasir, selai, madu, dan buah manis). Hyman (2006: 137–8) menjelaskan sebenarnya sarapan itu sendiri baik, menu sarapan yang baik yaitu yang diserap perlahan seperti makanan yang mengandung protein seperti telur, selai kacang, shake protein atau padi-padian murni dengan kacang-kacangan. Sarapan merupakan pembatalan puasa selama malam hari, karena di

malam hari tubuh tetap beraktivitas, dengan segera makan setelah bangun, kadar gula darah akan kembali normal, mesin metabolisme menyala. Dengan sarapan menambah tubuh menjadi sehat, memberi energi lebih besar sepanjang hari. Sarapan yang baik adalah sarapan dengan menu yang seimbang seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral atau mengandung salah satu diantara menu seimbang tersebut. Pendapat ini diperjelas Hyman (2006: 276), “masukkanlah protein dalam menu sarapan setiap hari seperti telur yang mengandung omega-3, seporisi *shake* protein (kedelai) seperti *ultra meal plus*, kacang-kacangan, biji-bijian atau mentega kacang”.

Alasan mengapa sarapan sangat penting, karena cadangan kalori dari apa yang dimakan pada malam hari sudah menurun, sebab dalam kondisi tidur pun tubuh tetap membutuhkan kalori. Sebagaimana yang telah dikemukakan Soenardi (2011: 10), bahwa ketika pagi hari sebelum sekolah, cadangan kalori perlu ditambah dengan makan pagi, karena: (1) Cadangan kalori harus cukup demi prestasi belajar; (2) Otak memerlukan oksigen dan glukosa dari makanan; (3) Tanpa sarapan, glukosa darah menurun, sehingga konsentrasi belajar bisa terganggu; serta (4) Anak dengan sarapan pagi mempunyai sikap dan prestasi belajar lebih baik daripada yang tidak sarapan.

Porsi sarapan hanya kecil yaitu  $\pm 1/4$  bagian dari kebutuhan sehari, sekitar 450 – 500 kalori dengan 8 – 9 gram protein. Contoh sarapan: 1 tangkup roti dengan 1 potong keju dan 1 sendok teh margarin ditambah 1 gelas jus buah. Makanan yang dikonsumsi manusia dengan berbagai jenis makanan sebaiknya dirancang sesuai kebutuhan sehingga dapat mendukung kesehatan dan aktivitas

secara normal. Susilowarno, dkk (2007: 162-3) menjelaskan, bagaimanakah menyusun menu makanan yang sehat dan seimbang, diawali dengan memahami pengertian metabolisme basal. Metabolisme basal adalah jumlah energi atau kalori yang dibutuhkan oleh tubuh dalam kondisi istirahat total. Cara menghitung metabolisme basal dapat dirumuskan untuk laki-laki  $1 \times \text{kg berat badan} \times 24 \text{ jam}$ , sedangkan untuk wanita  $0,9 \times \text{kg berat badan} \times 24 \text{ jam}$ . Apabila seorang laki-laki mempunyai berat badan 50 kg, maka selama satu hari, jumlah energi untuk metabolisme besarnya sebesar  $1 \times 50 \times 24 = 1200$  kalori. Misalnya untuk anak yang melakukan aktivitas harinya cukup berat, memerlukan 1800 kalori. Apabila ditambah dengan aktivitas, maka jumlah kalori yang dibutuhkan menjadi lebih banyak lagi. Sebelum menyusun menu sehat dan seimbang, perlu diketahui pertimbangan antara zat makanan yang akan dikonsumsi oleh tubuh. Perimbangan yang ideal antara karbohidrat, protein dan lemak adalah 13–15 % : 13–30 % : 55–67%. Berdasarkan hal tersebut mulailah dapat kita menentukan komposisi bahan makanan berdasarkan jumlah kalori yang dibutuhkan selama satu hari. Jumlah kalori yang dibutuhkan  $1200$  (Metabolisme Basal) +  $1800$  (Kebutuhan Energi Aktivitas) = 3000 kalori. Kemudian jumlah kalori dibagi sesuai dengan perimbangan ideal antara zat makanan sebagai berikut: 55% karbohidrat x 3000 kalori = 1650 kalori, 2) 15% protein x 3000 kalori = 450 kalori, 3) 30% lemak x 3000 kalori = 900 kalori. Perhitungan digunakan untuk tiga kali makan setiap hari. Selanjutnya dilakukan perhitungan berat jenis zat makanan yang akan

dikonsumsi sebagai berikut. 1) Karbohidrat yang diperlukan sebanyak 1650 kalori dibagi tiga menjadi 550 kalori untuk sekali makan. Sebanyak 550 kalori dari karbohidrat dibagi 4,1 kalori ( untuk 1 gram karbohidrat) = 134,15 gram yang harus dipenuhi dari bahan makanan yang mengandung karbohidrat, 2) protein yang diperlukan sebanyak 450 kalori dibagi tiga menjadi 150 kalori untuk sekali makan. Sebanyak 150 kalori dari protein dibagi 4,1 kalori (untuk 1 gram protein) = 36,58 gram. Sebanyak 36,58 gram protein harus terbagi menjadi 50% protein nabati, 50% protein hewani menjadi masing-masing 16,29 gram, 3) lemak yang diperlukan sebanyak 1000 kalori dibagi tiga menjadi 333,33 kalori untuk sekali makan. Sebanyak 333,33 kalori lemak dibagi 9,3 kalori (untuk 1 gram lemak) = 35,84 gram. Berdasarkan perhitungan, dapat disimpulkan menu seimbang untuk seorang laki-laki dengan baerat badan 50 kg, dengan aktivitas berat yang diperkirakan membutuhkan 3000 kalori setiap hari, maka komposisi menu seimbang dan sehat untuk sekali makan antara lain: nasi (karbohidrat) sebanyak 134,15 gram, telur/daging dan kacang-kacangan (sayur dan lauk sebagai sumber protein) 36,58 gram dan lemak (daging dan kacang-kacangan) seberat 35,84 gram.

Anak sering kali tidak mau sarapan, karena malas bangun pagi dan merasa tidak lapar, tidak ada waktu lagi, atau tidak ada makanan yang siap dimakan. Oleh karena itu, orangtua harus memikirkan cara agar anak dapat menyempatkan untuk sarapan. Sebagai makhluk hidup, kita membutuhkan makanan untuk kelangsungan hidup dan juga untuk menjaga stamina tubuh. Makanan mempunyai

fungsi yang penting, bukan hanya untuk membuat perut kenyang, tetapi juga memberikan energi yang cukup buat anak untuk membantu pertumbuhan dan menjaga kesehatannya. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan sarapan mempunyai peranan penting bagi anak sekolah, khususnya anak usia sekolah dasar. Oleh karena itu, anak sekolah perlu dibiasakan untuk sarapan.

### **2.1.8 Makanan yang Sebaiknya Dimakan untuk Sarapan**

Idealnya, aturan sarapan kita setiap pagi mencapai seperempat dari angka kebutuhan gizinya. Namun hal ini biasanya tidak akan mudah, terutama bagi kebudayaan kita yang tidak biasa sarapan terlalu berat, atau belum mencukupi menu seimbang. Makanan yang sebaiknya dimakan untuk sarapan menurut Kurniali dan Abikusno (2007: 51–3), yaitu:

- (1) Konsumsi sereal yang dicampur dengan susu merupakan menu sarapan yang sangat praktis dan sederhana dengan kandungan gizi cukup tinggi. Diketahui bahwa setiap 100 gram sereal terdapat 350 kilo kalori yang berguna bagi tubuh.
- (2) Telur merupakan bahan makanan yang relatif praktis dan mudah untuk disajikan. Kandungan di dalam telur yaitu vitamin A<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, Zat besi, kalium, kalsium, dan zat gizi lainnya sangat diperlukan oleh tubuh kita.
- (3) Roti gandum dengan olesan selai kacang dan susu rendah lemak.

Febry dan Marendra (2014: 36) menyimpulkan “untuk anak sekolah, sarapan lengkap dengan sosis, telur, roti, ditambah dengan segelas susu dapat membantu mengatasi rasa lapar, mencegah rasa ingin jajan, dan juga menjaga daya berpikir mereka agar tetap cemerlang saat jam sekolah”.

Berdasarkan penjelasan mengenai makanan yang seharusnya untuk sarapan, dapat disimpulkan menu yang sebaiknya dimakan, antara lain mengandung menu gizi seimbang seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral, yang paling penting kalorinya telah memenuhi kebutuhan gizi anak.

### **2.1.9 Kemampuan Sosio-Ekonomi**

Supriadi (2005: 82) menjelaskan “indikator latar belakang sosio-ekonomi antara lain adalah: pendidikan orangtua, pekerjaan orangtua, penghasilan orangtua, dan tempat tinggal yang berkaitan satu sama lain”. Siswa yang orangtuanya berpendidikan lebih tinggi, biasanya pekerjaannya lebih baik dan penghasilannya lebih tinggi serta tinggal di tempat atau rumah yang relatif lebih baik. Latar belakang sosial ekonomi orangtua siswa perlu dipertimbangkan dalam proses pembelajaran, karena hal ini akan memengaruhi keberhasilan belajarnya di sekolah. Perhatian guru terutama diberikan kepada anak-anak yang berasal dari lingkungan keluarga yang kurang menguntungkan, misalnya karena keterlantaran, kemiskinan, dan keterpencilan.

Banyak bukti mengungkapkan bahwa kemiskinan secara ekonomi, dapat berakibat terhadap rendahnya perkembangan fisik, intelektual sosial, dan emosional anak. Secara fisik, anak-anak dari keluarga miskin sering sakit-sakitan, kurang bersemangat, mengantuk, dan lusuh. Secara sosial, mereka kurang bersahabat, agresif, atau sebaliknya pemalu, malas, dan rendah diri. Secara emosional, mereka labil dan kurang peka terhadap kepentingan orang lain. Secara kognitif, mereka lemah, kemampuan belajarnya lambat, prakarsanya kurang, dan sulit berkonsentrasi, serta motivasi belajarnya rendah. Keadaan mereka berbeda dengan anak-anak yang berasal dari strata sosio-ekonomi menengah dan tinggi.

Dalam keluarga, mereka mendapatkan perlakuan yang baik, makanan yang bergizi sejak dini, iklim keluarga yang hangat. Sejak umur 4–5 tahun, mereka masuk taman kanak-kanak (TK) yang memungkinkan mereka bersosialisasi lebih dini, sehingga mereka lebih siap ketika masuk sekolah dasar. Bagi anak-anak dari keluarga miskin atau kurang beruntung, mereka memerlukan perhatian khusus, sebagaimana ditekankan dalam Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab VI Pasal 32 Ayat 2 yang menyatakan “pendidikan layanan khusus merupakan pendidikan bagi peserta didik di daerah terpencil atau terbelakang, masyarakat adat yang terpencil, dan/atau mengalami bencana alam, bencana sosial, dan tidak mampu dari segi ekonomi”. Perhatian khusus tersebut diwujudkan dalam interaksi pedagogis antara guru dan siswa yang disesuaikan dengan kondisi siswa, yang justru saat ini belum banyak mendapatkan perhatian dalam proses pendidikan.

Perlakuan khusus yang diberikan guru tidak hanya berkaitan dengan kemampuan belajar, melainkan pemulihan harga diri, rasa diterima, rasa bahwa ada orang lain yang memerhatikan mereka, rasa diperlakukan secara adil dan layak. Sentuhan-sentuhan kemanusiaan semacam ini akan dapat mengompensasi kekurangan yang dibawanya dari lingkungan sosial dan keluarganya. Sehubungan dengan hal tersebut, Supriyadi (2005: 83) menyatakan dalam penelitiannya diperoleh informasi apa yang telah dikatakan seorang guru dari sebuah SD di suatu daerah kumuh mungkin mewakili sebagian kondisi anak-anak miskin itu. Pendapat guru dari sekolah dasar tersebut, yaitu bahwa sebelum masuk kelas, mereka sudah merasakan dia itu orang gagal yang dikelilingi oleh orang-orang

yang gagal. Jadi, bagaimana mereka mempunyai dorongan belajar dan harapan untuk sukses dalam hidupnya. Pandangan negatif yang dimiliki siswa tersebut tidak mengganggu proses pembelajarannya, sebelum bisa belajar dengan baik, mereka harus dibantu untuk mengatasi citra dirinya yang negatif itu. Bantuan yang diberikan antara lain dengan memotivasi mereka untuk giat belajar

Motivasi belajar dapat dipengaruhi oleh faktor apa saja, salah satunya yaitu faktor kepedulian orangtua terhadap kesehatan dan kebutuhan jasmani anaknya, seperti orangtua membiasakan sarapan bersama di rumah sebelum anak berangkat ke sekolah. Dengan demikian, akan terbentuk rasa kasih sayang dan pemenuhan kebutuhan tubuh anak atau energi, sehingga anak akan lebih siap untuk belajar di sekolah. Hal ini dapat terlihat berbeda-beda dilihat dari latar belakang orangtua.

Permasalahan kaya dan miskin memang sangat sulit dipecahkan apalagi ditiadakan. Banyak faktor yang memengaruhi apakah itu merupakan sistem, bersifat struktural, kemampuan pribadi atau kemampuan kelompok. Oleh karena itu, kita tidak harus mengamati bahwa kemiskinan itu hanya disebabkan oleh birokrasi dan faktor kebijakan pemerintah.

#### **2.1.10 Kesehatan dan Prestasi Belajar**

Hidup sehat dapat memengaruhi berbagai aktivitas kehidupan manusia. Kesehatan dan nutrisi yang baik merupakan faktor utama pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal ini dapat diperjelas oleh Hurlock (1986) dalam Mikarsa dkk (2008: 5.18) yang menyatakan bahwa kesehatan dan gizi atau nutrisi yang baik cenderung lebih banyak dialami anak yang sehat dan cukup mendapat

makanan yang bergizi daripada yang tidak. Anak yang sehat dengan pemenuhan gizi seimbang dipengaruhi faktor orangtua. Anak menjadi sehat, karena penanaman orangtua akan pentingnya hidup sehat yang ditandai dengan tidur yang cukup, makan secara teratur, dan lain-lain. Hal ini merupakan karakteristik dari anak yang dapat menyesuaikan diri. Anak semacam ini tidak hanya sadar akan kesehatan, tetapi juga menyadari akan kesempatan yang diberikan orangtua untuk memerhatikan kesehatan mereka. Sebagaimana diketahui, setiap anak berbeda dalam kemampuan intelektualnya. Faktor lingkungan yang berpengaruh besar dalam perkembangan intelektual anak adalah nutrisi atau gizi dan rangsangan.

Kekurangan gizi atau malnutrisi tidak hanya disebabkan karena kurang nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, tetapi terdapat beberapa faktor lain, yaitu saat sebelum kelahiran hingga masa bayi. Malnutrisi dapat memengaruhi perkembangan otak, dan kemampuan anak untuk belajar. Penelitian Sumantri (1978) dalam Mikarsa dkk (2008: 5.20) menunjukkan “kekurangan zat besi (anemia) dapat memengaruhi kemampuan menalar, prestasi belajar dan konsentrasi belajar”. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa gizi berperan terhadap tingkat kecerdasan seseorang ataupun kinerja anak dalam suatu tes. Dapat disimpulkan apabila jiwa dan raga yang sehat, dengan terpenuhinya gizi, maka anak akan siap untuk belajar serta meningkatkan motivasi untuk belajar.

#### **2.1.11 Gizi dan Pendidikan**

Gizi dan pendidikan merupakan kebutuhan bagi manusia. Untuk memperoleh pendidikan, dibutuhkan jiwa dan raga yang sehat. Jiwa dan raga yang

sehat dipengaruhi antara lain oleh gizi. Hal tersebut dapat diperjelas Lynch (1994) dalam Supriyadi (2005: 89) yang menjelaskan bahwa kuatnya hubungan antara kekurangan gizi dan pendidikan. Di kalangan masyarakat yang mengalami kekurangan gizi secara endemik, anak-anak yang kekurangan energi protein yang gawat, cenderung lambat masuk sekolah dan mudah putus sekolah.

Gambaran yang dikemukakan Lynch (1994) dengan mudah ditemukan di SD, terutama di pedesaan yang miskin. Tidak sedikit anak sekolah kita yang pergi ke sekolah dalam keadaan perut lapar dan kondisi fisik yang lemah. Mereka tidak sarapan, sementara orangtuanya tidak mampu memberikan uang saku. Begitu pulang, di rumah mereka menyantap makanan yang kurang bergizi, meskipun membuat perutnya kenyang. Sementara itu, prevalensi kekurangan iodium, kekurangan vitamin A, dan penyakit cacangan dilaporkan masih sangat tinggi pada anak-anak SD kita, yang membuat perkembangan fisik dan intelektual mereka terhambat. Dalam kondisi demikian, sulit bagi mereka untuk bisa belajar dengan baik.

Berdasarkan permasalahan bahwa gizi dapat memengaruhi pendidikan, salah satu bentuk usaha untuk memperbaiki pendidikan yaitu dengan meningkatkan kecerdasan siswa, antara lain dengan memunculkan motivasi dalam diri siswa. Untuk dapat memotivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran, perlu diupayakan agar kondisi siswa saat mengikuti proses pembelajaran harus benar-benar sudah siap, baik secara mental maupun fisik. Secara fisik, bisa disebut dengan kebugaran tubuhnya, salah satunya yaitu siswa dalam keadaan perut tidak kosong. Keadaan perut kosong menyebabkan rasa lapar yang dapat mengganggu konsentrasi belajar siswa dan mengakibatkan siswa tidak termotivasi

untuk belajar. Simpulannya peran sarapan sangat mendukung adanya motivasi belajar siswa, karena sarapan menyumbangkan energi atau tenaga untuk berpikir.

#### **2.1.12 Status Sosio-Ekonomi dan Motivasi Belajar**

Sejumlah studi yang telah dilakukan dalam Supriadi (2005: 101) selama kurun waktu lima tahun terakhir di tingkat SD, mengungkapkan hasil yang konsisten mengenai tingginya jumlah siswa SD yang berasal dari keluarga yang sangat tidak mampu. Di pedesaan, jumlah mereka sekitar 70%, sedangkan di perkotaan, sekitar sepertiga jumlah siswa SD. Kesenjangan tingkat sosio-ekonomi ini menjadi penyebab perbedaan prestasi belajar siswa dan indikator-indikator mutu pendidikan lainnya. Supriadi (2005: 101) menyimpulkan sebagai berikut.

Sejak berlakunya wajib belajar SD (untuk anak 7–12 tahun) pada tahun 1984, telah terjadi perubahan peta kurva siswa SD. Bila sebelumnya (hingga tahun 1970-an) sebagian besar siswa SD relatif bermutu baik, maka dengan berlakunya wajib belajar semua (atau sebagian besar) anak usia SD mesti (dan telah) berada di sekolah, dengan motivasi, latar belakang dan kemampuan belajar yang beragam.

Cara sistem pendidikan menanganinya pun semestinya mengalami perubahan. Kalau dulu, lebih banyak siswa bisa belajar cepat meskipun fasilitas kurang, sekarang siswa yang mampu belajar cepat (*fast learners*), normal, dan belajar lambat (*slow learners*), merata. Begitu juga dari segi motivasi belajar, banyak siswa yang motivasinya kuat, sedang, dan lemah, lebih merata. Hal yang sama berlaku dalam dukungan orangtua terhadap anak untuk bersekolah, status sosial ekonomi, aspirasi pendidikan, dan lain-lain. Berbeda dengan kenyataan sekarang, bahwa kesenjangan sosial-ekonomi orangtua sangat memengaruhi motivasi belajar anaknya. Dapat disimpulkan bahwa status sosio-ekonomi dan motivasi saling memengaruhi, karena dari fisik sudah berbeda serta kesiapan

dalam belajar berbeda-beda. Dapat dikatakan bahwa seseorang yang memiliki motivasi, lebih siap untuk belajar.

### **2.1.13 Nutrisi, Latar Belakang Sosio-Ekonomi, dan Motivasi Belajar**

Pemenuhan kebutuhan siswa, di samping bertujuan untuk pemahaman dan penguasaan terhadap materi pembelajaran, siswa memiliki kebutuhan lain. Kebutuhan lain tersebut akan membantu pelaksanaan proses pembelajaran. Kebutuhan siswa yang dimaksud salah satunya adalah kebutuhan jasmani. Hal ini berkaitan dengan tuntutan siswa yang bersifat jasmaniah. Dalam hal ini yang menyangkut kesehatan jasmani antara lain nutrisi. Nutrisi yang dimaksud adalah kebutuhan makan dan minum. Terpenuhinya kebutuhan makan dan minum menjadikan siswa memiliki jasmani yang sehat, sehingga dapat memengaruhi aktivitasnya di sekolah. Energi utama yang digunakan siswa untuk berpikir di sekolah adalah melalui sarapan.

Berangkat ke sekolah tanpa sarapan bukan kebiasaan baik untuk anak usia sekolah dasar. Sarapan bukan hanya penting untuk menunjang kebutuhan fisik, tetapi juga memengaruhi pencapaian prestasi belajar anak. Daya pikir dan daya ingatnya menjadi lebih baik. Sarapan merupakan kebiasaan baik yang dilakukan di lingkungan keluarga, dan orangtua mempunyai tugas menyediakan sarapan agar anaknya dapat membiasakan sarapan. Tidak semua orangtua peduli terhadap masalah sarapan, banyak orangtua menganggap remeh sarapan, karena bagi orangtua memberikan uang saku bagi anaknya sudah cukup. Hal ini dapat dikatakan demikian, karena latar belakang sosio-ekonomi orangtua mereka berbeda-beda.

Banyak yang mengatakan, bahwa semakin tinggi tingkat sosio-ekonomi orangtua, semakin tinggi pula peran serta orangtua terhadap prestasi belajar anaknya, karena orangtua memberikan dukungan terhadap anaknya yang dapat memunculkan motivasi belajar yang tinggi, begitu juga sebaliknya. Orangtua yang peduli dalam menyiapkan sarapan merupakan salah satu bentuk peran orangtua dalam meningkatkan motivasi belajar anaknya. Nasir (2010: 138) menyimpulkan penelitian yang pernah dilakukan terhadap 600 siswa sekolah di Inggris dari keluarga berpenghasilan rendah dan sedang. Simpulannya yaitu anak-anak yang tidak terbiasa sarapan ternyata sulit berkonsentrasi, lambat menanggapi dan rentang perhatiannya terhadap pelajarannya sangat rendah. Gerak geriknya lamban dan cenderung mudah tersinggung. Akibat jangka panjang yang terekam, nilai-nilai pelajarannya umumnya lebih rendah daripada anak dari keluarga setara yang terbiasa sarapan. Penelitian lain dilakukan terhadap 1.000 siswa, di Inggris, dari keluarga berpenghasilan rendah yang tidak terbiasa sarapan. Setelah anak-anak itu mengikuti program wajib sarapan di sekolah, nilai pelajarannya rata-rata menjadi lebih bagus daripada sebelumnya. Frekuensi mereka tidak masuk sekolah, menurun dan gerakannya menjadi lebih lincah.

Kondisi itu berkaitan dengan pengolahan pasokan makanan dari hidangan yang kita makan, tubuh menyimpan sebagian kalorinya untuk cadangan kalori berupa glikogen. Glikogen atau nama lain timbunan gula darah ini merupakan sumber energi siap pakai, yang disimpan dalam otot dan hati. Sayangnya, meski bisa langsung digunakan tubuh, sumber energi ini sangat mudah habis. Simpanan glikogen yang berasal dari hidangan makan malam, biasanya sudah akan habis 2–4 jam setelah bangun tidur. Menurut Kurniali dan Abikusno (2007: 51–3), “anak-

anak yang tidak sarapan akan mengalami kesulitan berkonsentrasi saat belajar di sekolah dan merasa gelisah menjelang siang hari, hal tersebut karena otak memerlukan glukosa untuk dapat bekerja dengan baik". Satu-satunya sumber energi yang siap dipakai pada pagi hari, terutama berasal dari sarapan. Jadi, apabila ada anak yang prestasi sekolahnya kurang baik, perhatikan apakah dia sarapan atau apa yang dia makan saat sarapan.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kebiasaan sarapan dapat dipengaruhi oleh latar belakang orangtua, dan sarapan dapat memengaruhi prestasi belajar. Prestasi belajar diperoleh, karena motivasi untuk belajar tinggi. Oleh karena itu, kebiasaan sarapan sangat baik dan harus dibiasakan sejak dini di lingkungan keluarga. Bagaimanapun kondisi dan keadaan sosial-ekonomi, orangtua harus peduli terhadap motivasi belajar anaknya, salah satunya dengan menyediakan sarapan bagi anak-anaknya.

## 2.2 Kajian Empiris

Berikut ini merupakan beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini.

- (1) Meriska (2013) dari Stikes Mitra Lampung melakukan penelitian dengan judul "*Perilaku Sarapan Pagi Anak Sekolah Dasar*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi anak ( $p=0.001$ ), ketersediaan makanan untuk sarapan ( $p=0.005$ ), dukungan keluarga ( $p=0.001$ ), dan peran guru ( $p=0.001$ ) dengan perilaku sarapan. Tidak ada hubungan sikap gizi ( $p=0.721$ ), pekerjaan ibu ( $p= 0.257$ ),

pendidikan ayah ( $p=0.707$ ), pendidikan ibu ( $p=1.000$ ) dengan perilaku sarapan. Hasil analisis multivariat menunjukkan ketersediaan makanan untuk sarapan merupakan variabel yang paling dominan yang berhubungan dengan perilaku sarapan dengan nilai  $OR = 5,673$ .

- (2) Sartika (2012) dari Universitas Indonesia melakukan penelitian dengan judul "*Penerapan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi Gizi terhadap Perilaku Sarapan Siswa Sekolah Dasar*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan kegiatan KIE gizi, diperoleh peningkatan rata-rata skor pengetahuan dan perilaku siswa terhadap kebiasaan sarapan (nilai  $p < 0,05$ ). Peran ibu sebagai penyedia sarapan bagi siswa sangat penting, terutama dalam menghindari kebosanan siswa terhadap menu yang disediakan. Sebaiknya pihak sekolah bekerjasama dengan Persatuan Orangtua Murid dan Puskesmas untuk menggiatkan kembali Usaha Kesehatan Sekolah dengan melakukan kegiatan promosi kesehatan bagi ibu/pengasuh siswa, khususnya tentang bagaimana merencanakan menu sarapan yang enak, praktis, dan sehat bagi siswa. Proporsi siswa sekolah dasar (SD) di Depok yang biasa sarapan berada pada kisaran 68,8% - 80%. Hal tersebut mengindikasikan bahwa tidak semua anak membiasakan diri sarapan setiap pagi.

- (3) Anzarkusuma (2014) dari Universitas Esa Unggul melakukan penelitian dengan judul "*Status Gizi Berdasarkan Pola Makan Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Rajeg Tangerang*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa

tidak ditemukan ada perbedaan status gizi anak berdasarkan umur, jenis kelamin, nominal uang saku, kebiasaan sarapan, dan kebiasaan membawa bekal makanan ( $p \geq 0,05$ ). Masih ditemukan ada perbedaan status gizi anak berdasarkan frekuensi makan ( $p < 0,05$ ). Oleh karenanya, perlu dilakukan program pembinaan gizi dan pengetahuan kesehatan seperti diadakan penyuluhan terhadap siswa dan pembinaan UKS tentang pentingnya sarapan, membawa bekal makanan dari rumah, pemilihan makanan jajanan yang sehat, serta *personal hygiene* dan sanitasi.

- (4) Faizah (2012) dari Universitas Muhammadiyah Surakarta melakukan penelitian yang berjudul “*Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Pagi dan Kebiasaan Jajan dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar di SDN Banyuanyar III Surakarta*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi sarapan dengan prestasi belajar memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan nilai ( $p : 0,03$ ).
- (5) Noviantari (2012) dari Universitas Jember melakukan skripsi penelitian yang berjudul “*Pengaruh Latar Belakang Sosial Ekonomi Orang Tua dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas X Mata Pelajaran Ekonomi Semester Genap SMA Negeri Balung Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2010/2011*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latar belakang sosial ekonomi orangtua ( $X_1$ ) dan motivasi belajar siswa ( $X_2$ ) berpengaruh secara nyata terhadap hasil belajar ( $Y$ ). Dibuktikan pada hasil perhitungan  $F_{hitung} 92,660 > F_{Tabel} 3,14$  dan  $\alpha = 0,05 > sig F = 0,000$  yang berarti bahwa latar belakang sosial ekonomi

orangtua dan motivasi belajar siswa mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa kelas X mata pelajaran ekonomi semester genap SMA Negeri Balung Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2010/2011.

- (6) Kapinga (2014) dari *Mkwawa University College of Education* melakukan penelitian yang berjudul “*The Impact of Parental Socioeconomic Status on Students’ Academic Achievement in Secondary Schools in Tanzania*”, menjelaskan

*The study found that majority of the students from the selected secondary schools are from low SES. The study established that there is a close relationship between SES and academic achievement. The study further found that majority of the parents are not involved in the learning of their children as well as in the school improvement programmes.*

Berdasarkan penelitian tersebut, diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan erat antara status sosio ekonomi dengan prestasi akademik. Penelitian lebih lanjut menemukan bahwa sebagian besar orang tua tidak terlibat dalam pembelajaran anak-anak mereka serta dalam program perbaikan sekolah.

- (7) Mahoney dkk (2005) dari *Tufts University* melakukan penelitian yang berjudul “*Effect of breakfast composition on cognitive processes in elementary school children*”, menjelaskan

*Showing that breakfast intake enhances cognitive performance, particularly on tasks requiring processing of a complex visual display. The results extend previous findings by showing differential effects of breakfast type.*

Berdasarkan penelitian tersebut, diketahui bahwa asupan sarapan meningkatkan kinerja kognitif, terutama pada tugas-tugas yang membutuhkan pengolahan visual yang kompleks. Hasil tersebut memperluas temuan sebelumnya dengan menunjukkan pengaruh yang berbeda dari jenis sarapan.

Penelitian terdahulu yang telah dipaparkan merupakan penelitian yang relevan dengan penelitian ini, terdapat persamaan dan perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini. Persamaan yang dapat dilihat adalah pada variabel yang digunakan, yaitu sarapan, latar belakang sosio-ekonomi orangtua, dan motivasi belajar. Namun, penelitian-penelitian yang telah dipaparkan memiliki perbedaan, antara lain waktu dan tempat penelitian, subjek penelitian, serta ada beberapa variabel bebas dan variabel terikat yang berbeda dengan penelitian ini.

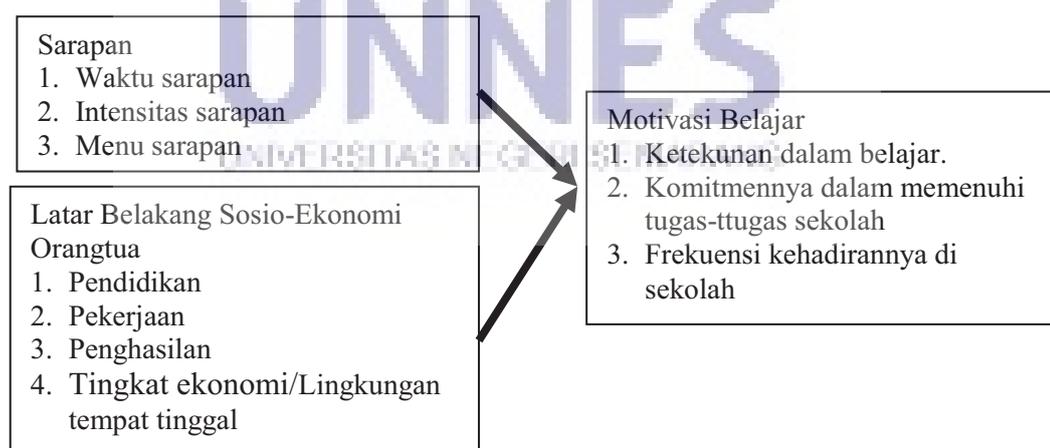
Penelitian terdahulu yang telah dipaparkan, dapat memberikan informasi bagi peneliti dalam melakukan penelitian. Hasil penelitian yang relevan dapat memberikan informasi tentang penelitian ini.

### **2.3 Kerangka Berpikir**

Bumiayu memiliki banyak sekolah dasar baik negeri dan swasta dengan karakteristik yang berbeda-beda dan mempunyai keragaman latar belakang sosio-ekonomi, dari yang tinggi, sedang, dan rendah. Keberagaman latar belakang sosio-ekonomi dapat memengaruhi keberhasilan siswa dalam proses

pembelajaran. Selain itu, keberhasilan proses pembelajaran sangat ditentukan oleh siswa, yaitu dengan motivasi yang dimilikinya. Motivasi merupakan faktor penting dalam keberhasilan belajar, sehingga menjadi hal yang perlu diperhatikan.

Tinggi rendahnya motivasi akan sangat dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain faktor energi yang akan diubah menjadi tenaga dan akan digunakan untuk berpikir, belajar, bermain, dan aktivitas lain di sekolah. Energi diperoleh melalui makanan. Makanan yang pertama dikonsumsi yaitu sarapan. Dapat disimpulkan bahwa faktor sarapan yang dilakukan siswa dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua akan menjadi faktor pendukung dan penghambat. Faktor pendukung, berbanding lurus dengan motivasi belajar, yakni semakin banyak faktor pendukung, semakin tinggi motivasi belajar siswa, dan faktor penghambat berbanding terbalik dengan motivasi belajar, yakni semakin banyak faktor penghambat, kemungkinan semakin rendah motivasi belajar siswa. Untuk lebih mudah dalam memahami kerangka berpikir ini, akan peneliti gunakan ilustrasi kerangka berpikir pada Bagan 2.2 sebagai berikut.



Bagan 2.1 Kerangka Berpikir

## 2.4 Hipotesis

Berdasarkan landasan teori dan kerangka berpikir tersebut, hipotesis penelitian yang digunakan yaitu:

- (1)  $H_{01}$  : Tingkat kebiasaan sarapan siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes maksimal 75% dari yang diharapkan ( $\mu \leq 75\%$ )  
 $H_{a1}$  : Tingkat kebiasaan sarapan siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes lebih dari 75% ( $\mu > 75\%$ )
- (2)  $H_{02}$  : Tingkat latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes maksimal 60% dari yang diharapkan ( $\mu \leq 60\%$ )  
 $H_{a2}$  : Tingkat latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes lebih dari 60% ( $\mu > 60\%$ )
- (3)  $H_{03}$  : Tingkat motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes maksimal 75% dari yang diharapkan ( $\mu \leq 75\%$ )  
 $H_{a3}$  : Tingkat motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes lebih dari 75% ( $\mu > 75\%$ )
- (4)  $H_{04}$  : Tidak ada hubungan yang positif dan signifikan antara sarapan dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes ( $\rho = 0$ )

$H_{a4}$  : Ada hubungan yang positif dan signifikan antara sarapan dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes ( $\rho \neq 0$ )

- (5)  $H_{05}$  : Tidak ada hubungan yang positif dan signifikan antara latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes ( $\rho = 0$ )

$H_{a5}$  : Ada hubungan yang positif dan signifikan antara latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes ( $\rho \neq 0$ )

- (6)  $H_{06}$  : Tidak ada hubungan yang positif dan signifikan antara sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes ( $\rho = 0$ )

$H_{a6}$  : Ada hubungan yang positif dan signifikan antara sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes ( $\rho \neq 0$ )

- (7)  $H_{07}$  : Tidak ada hubungan yang positif dan signifikan antara sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua secara bersama-sama terhadap motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes ( $\rho = 0$ )

$H_{a7}$  : Ada hubungan yang positif dan signifikan antara sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua secara bersama-sama

dengan motivasi belajar siswa kelas IV Dabin 1 Kecamatan Bumiayu  
Kabupaten Brebes ( $\rho \neq 0$ ).



## **BAB 5**

### **PENUTUP**

Penelitian yang berjudul “Pengaruh Sarapan dan Latar Belakang Sosio-Ekonomi Orangtua terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes”, telah selesai dilaksanakan. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat dibuat simpulan dan saran dari penelitian ini, Uraianya sebagai berikut:

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan analisis data, pengujian hipotesis, serta hasil pembahasan yang telah dikemukakan peneliti, dapat disimpulkan sebagai berikut.

- (1) Tingkat sarapan siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes lebih besar dari 75%. Artinya tingkat kebiasaan sarapan tinggi.
- (2) Tingkat latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes lebih besar dari 60%. Artinya tingkat latar belakang sosio-ekonomi orangtua tinggi.
- (3) Tingkat motivasi belajar siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes lebih besar dari 75%. Artinya Tingkat motivasi belajar tinggi.
- (4) Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara sarapan dengan motivasi belajar siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu

- (5) Kabupaten Brebes. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisis regresi sederhana diperoleh nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Besarnya koefisien korelasi antara sarapan dengan motivasi belajar sebesar 0,730. Nilai koefisien korelasi sederhana berada di antara 0,60 – 0,779, sehingga hubungan antara kedua variabel tergolong kuat. Sumbangan pengaruh variabel sarapan terhadap motivasi belajar sebesar 53,3%.
- (6) Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisis regresi sederhana diperoleh nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Besarnya koefisien korelasi antara latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar sebesar 0,678. Nilai koefisien korelasi sederhana berada di antara 0,60 – 0,799, sehingga hubungan antara kedua variabel tergolong kuat. Sumbangan pengaruh variabel latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar sebesar 45,9%.
- (7) Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara sarapan dengan latar belakang sosio-ekonomi orangtua siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisis korelasi sederhana diperoleh nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Besarnya koefisien korelasi antara sarapan dengan latar belakang sosio-ekonomi orangtua sebesar 0,580. Nilai koefisien korelasi sederhana berada di antara 0,40 – 0,599, sehingga hubungan antara kedua variabel tergolong sedang.

- (8) Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar siswa kelas IV SD Dabin 1 Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes. Hal ini dibuktikan dengan uji F, diperoleh nilai  $F_{hitung} > F_{tabel}$  ( $116,750 > 3,062$ ), maka  $H_0$  ditolak, artinya sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua secara bersama-sama berpengaruh terhadap motivasi belajar. Berdasarkan analisis korelasi ganda, diperoleh nilai R sebesar 0,794, artinya koefisien korelasi antara sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua dengan motivasi belajar sebesar 0,794. Nilai koefisien korelasi ganda berada di antara 0,60 – 0,799, sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi hubungan yang kuat antara sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua terhadap motivasi belajar. Selain itu, diperoleh angka  $R^2$  (R Square) sebesar 0, 630, artinya sumbangan pengaruh variabel sarapan dan latar belakang sosio-ekonomi orangtua terhadap motivasi belajar sebesar 63%, sedangkan sisanya sebesar 37% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran sebagai berikut.

### (1) Bagi Guru

Guru hendaknya lebih memerhatikan motivasi belajar siswanya, karena motivasi belajar merupakan faktor penting untuk memperoleh prestasi dalam

belajar, agar semua siswa dapat memiliki motivasi yang tinggi. Selain itu, guru perlu memerhatikan keadaan siswa dalam belajar dan menghimbau siswanya untuk sarapan terlebih dahulu sebelum berangkat ke sekolah, agar siswa lebih siap untuk belajar. Latar belakang sosio-ekonomi orangtua dari siswa juga perlu diperhatikan, dengan cara guru tetap memberikan perlakuan yang sama, tidak membeda-bedakan antara status sosio-ekonomi rendah, sedang, dan tinggi.

(2) Bagi Orangtua

Orangtua diharapkan lebih peduli terhadap motivasi belajar putra-putrinya dan menerapkan kebiasaan baik sebelum berangkat ke sekolah yaitu sarapan, karena akan memberikan tenaga untuk aktivitas di sekolah, serta orangtua tidak mempermasalahkan latar belakang sosio-ekonomi orangtua yang dapat memberikan dampak naik turunnya motivasi belajar putra-putrinya.

(3) Bagi Siswa

Siswa seharusnya membiasakan sarapan sebelum berangkat ke sekolah, agar dapat meningkatkan motivasi belajar. Selain itu, siswa tetap memiliki motivasi belajar yang tinggi, walaupun status sosio-ekonomi orangtua, terbatas dan dapat menghargai teman apabila memiliki status sosio-ekonomi orangtua yang baik serta memiliki motivasi belajar yang tinggi untuk memperoleh prestasi.

(4) Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan dapat meneliti faktor-faktor psikologis lain yang dapat motivasi belajar siswa, selain faktor sarapan dan latar belakang sosio-

ekonomi orangtua. Dengan demikian dapat, diketahui kontribusi faktor psikologis apa saja yang berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa.



## DAFTAR PUSTAKA

- Anzarkusuma, Indah Suci dkk. 2014. Status Gizi Berdasarkan Pola Makan Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Rajeg Tangerang. 1(2):135–148. <http://ijhn.ub.ac.id/index.php/ijhn/article/download/109/115> (diakses, 15/11/2015).
- Arikunto, Suharsimi. 2012. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Besral. 2010. *Pengolahan dan Analisa Data-1 Menggunakan SPSS*. Jakarta: Departemen Biostatistika FKMUI. <https://rowlandpasaribu.files.wordpress.com/2012/09/modul-belajar-spss-1.pdf>. (diakses, 15/03/2016).
- Damayanti, Diana. 2011. *Makanan Anak Usia Sekolah Tips Memberi Makan Anak Usia Sekolah Plus 25 Resep Praktis*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2011. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Doyin, Mukh dan Wagiran. 2012. *Bahasa Indonesia Pengantar Penulisan Karya Ilmiah*. Semarang: Unnes Press.
- Faizah, Siti Noor. 2012. *Hubungan antara Kebiasaan Sarapan Pagi dan Kebiasaan Jajan dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar di SDN Banyuanyar III Surakarta*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta. [http://eprints.ums.ac.id/22216/14/NASKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://eprints.ums.ac.id/22216/14/NASKAH_PUBLIKASI.pdf). (diakses 15/10/2015).
- Febry, Ayu Bulan dan Zulfito Marendra. 2014. *101 Menu MPASI Sehat*. Jakarta: Panda Media.
- Graha, Chairinniza. 2007. *Keberhasilan Anak di Tangan Orang Tua Panduan bagi Orang Tua untuk Memahami Perannya dalam Membantu Keberhasilan Pendidikan Anak*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Gunawan, Muhammad Ali. 2015. *Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Sosial*. Yogyakarta: Parama Publishing.

- Hyman, Mark. 2006. *ULTRA METABOLISME: 7 Langkah Sehat Mengurangi Berat Badan Anda Secara Otomatis*. Terjemahan Ibnu Setiawan. Yogyakarta: B-First..
- Kapinga, Orestes Silverius. The Impact of Parental Socioeconomic Status on Students' Academic Achievement in Secondary Schools in Tanzania. *International Journal of Education*.6(4).  
<http://www.macrothink.org/journal/index.php/ije/article/download/6420/5607>  
 (diakses, 20 /04/ 2016).
- Kurniali, Peter C dan Nugroho Abikusno. 2007. *Physical Intelligence Series Healthy Food for Healthy People*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Lebang, Erikar. 2014. *Mitos dan Fakta Kesehatan 2*. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara.
- Larega, Tanika Sonia Putri. 2015. Effect of Breakfast on The Level of Concentration in Adolescents. 4 (2). Online: Available at <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/download/535/536>  
 (diakses, 15/11/2015).
- Mahoney dkk. 2005. Effect of breakfast composition on cognitive processes in elementary school children. *Phisyology Behaviour*. 85: 635–645.  
<http://ase.tufts.edu/psychology/spacelab/pubs/MahoneyEtAl.pdf>  
 (diakses, 20/04/2016)
- Murhadi, Werner H. 2011. *Pengujian Asumsi Regresi*. Online. Tersedia di <https://wernermurhadi.files.wordpress.com/2011/07/pengujian-asumsi-regresi.pdf> (diakses, 15/06/2016).
- Meriska, Irina dkk. 2014. *Perilaku Sarapan Pagi Sekolah Dasar*. Forum Penelitian. 5(1).
- Mikarsa, Hera Lestari dkk. 2008. *Pendidikan Anak di SD*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Minatun, Sri. 2011. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Prestasi Belajar siswa Kelas IV dan V MI Negeri 02 Cempaka Putih Ciputat Timur Tahun Ajaran 2010/2011*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.  
[http://perpus.fkik.uinjkt.ac.id/file\\_digital/SKRIPSI%20SRI%20MINATUN.pdf](http://perpus.fkik.uinjkt.ac.id/file_digital/SKRIPSI%20SRI%20MINATUN.pdf)  
 (diakses, 15/11/2015).
- Mohamad, Imelda. 2015. *Mencetak Anak Sehat Cerdas & Ceria*. Jakarta: Bestari.

- Munib, Achmad, dkk. 2011. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Semarang: Unnes Press.
- Musfiqon. 2012. *Panduan Lengkap Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT. Prestasi Pustakarya.
- Mustikah, Anik. 2008. *Hubungan Ekonomi Orang Tua dengan Prestasi Belajar Siswa di MTS Ruhul Bayan Cisauk Tangerang*. Jakarta: UIN.  
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/16575/1/ANIK%20MUSTIKAH.pdf>  
 (diakses, 15/11/2015).
- Nadesul, Handrawan. 2009. *Resep Mudah Tetap Sehat Cerdas Menaklukkan Semua Penyakit Orang Sekarang*. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara.
- Nasir, Muhammad. 2010. *Rahasia Kecerdasan Anak Memaksimalkan Perkembangan Otak*. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara.
- Noviantari, Yessy Ika. 2012. *Pengaruh Latar Belakang Sosial Ekonomi Orang Tua dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas X Mata Pelajaran Ekonomi Semester Genap SMA Negeri Balung Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2010/2011*. Jember: Universitas Jember.  
[http://dspace.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/10682/Skripsi1\\_1.pdf?sequence=1](http://dspace.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/10682/Skripsi1_1.pdf?sequence=1) (diakses 15/1/16).
- Priyatno, Duwi. 2010. *Paham Analisis Statistik Data dengan SPSS*. Yogyakarta: Mediakom.
- 2012. *Cara Kilat Belajar Analisis Data dengan SPSS 20*. Yogyakarta: C.V Andi OFFSET.
- Riduwan. 2012. *Pengantar Statistika Sosial*. Bandung: Alfabeta.
- 2013. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Penelitt Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- 2015. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Penelitt Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Rifai, Achmad dan Catharina Tri Anni. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Semarang: Unnes Press.
- Sagala, Syaiful. 2013. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sari, Reni Wulan. 2008. *Dangerous Junk Food*. Yogyakarta: O<sub>2</sub>.

- Sartika, Ratu Ayu Dewi. 2012. Penerapan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi Gizi terhadap Perilaku Sarapan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesmas*. 7 (2) <http://jurnalkesmas.ui.ac.id/index.php/kesmas/article/download/66/67> (diakses, 15/11/2015).
- Slameto. 2013. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soenardi, Tuti. 2011. *100 Resep Hidangan Organik untuk Anak Sekolah*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sudaryono, dkk. 2012. *Statistik Deskriptif for IT Langkah mudah analisis data*. Yogyakarta: Andi Offset.
- 2013. *Pengembangan Instrumen Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sudirman. 2012. *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- 2014a. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- 2014b. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Supriadi, Dedi. 2005. *Membangun Bangsa Melalui Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Susilowarno, dkk. 2007. *Biologi*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Thoifah, I'anatut. 2015. *Statistika Pendidikan dan Metode Penelitian Kuantitatif*. Malang: Madani.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional 2003*. Jakarta: Sekretaris Negara Republik Indonesia
- Uno, Hamzah. 2014. *Teori Motivasi & Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Widoyoko, Eko Putro. 2014. *Penilaian Hasil Pembelajaran di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Wardoyo, Hanum Aprilia dan Trias Mahmudiono. 2013. *Hubungan Makan Pagi dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi dengan Daya Konsentrasi Siswa Sekolah Dasar*. Surabaya: UNAIR.





**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG